

Hyperventilatie Nijmeegse vragenlijst

Kruis voor elke vraag aan of u deze klachten nooit, zelden, soms, vaak of zeer vaak heeft of heeft gehad

	nooit	zelden	soms	vaak	heel vaak
Pijnlijke steken in de borst					
Gespannenheid					
Een waas voor de ogen					
Duizeligheid					
In de war zijn of het gevoel hebben het normale contact met de omgeving te verliezen					
Een snellere of diepere ademhaling					
Ademnood					
Benauwd voelen in of rond de borst					
Opgeblazen gevoel in de buik					
Tintelingen in de vingers					
Niet voldoende diep kunnen doorademen					
Stijfheid van vingers of armen					
Stijfheid rond de mond					
Koude handen of voeten					
Bonzen van het hart					
Angstig gevoel					
Subtotalen					

Totaal = ..

Waardering

Nooit = 0 punten

Zelden = 1 punt

Soms = 2 punten

Vaak = 3 punten

Heel vaak = 4 punten

Score

18 punten of meer: hyperventilatie is mogelijk, hoe hoger de score, hoe waarschijnlijker de diagnose

vanaf 23 punten: hyperventilatie is voor 80% zeker