

Hyperventilatie

Nijmeegse vragenlijst

Instructie

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.