



## HYPERVENTILATIE NIJMEEGSE VRAGENLIJST

Naam:  
Geb. Datum:  
Datum:

### Instructie:

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

	Nooit	Zelden	Soms	Vaak	Zeer vaak
1 Pijnlijke steken in de borst					
2 Gespannenheid					
3 Een waas voor de ogen					
4 Duizeligheid					
5 In de war zijn, of het gevoel hebben het normale contact met de omgeving te verliezen					
6 Een snellere of diepere ademhaling					
7 Ademnood					
8 Benaauwd voelen in of rond de borst					
9 Opgeblazen gevoel in de buik					
10 Tintelingen in de vingers					
11 Niet voldoende diep kunnen doorademen					
12 Stijfheid van vingers of armen					
13 Stijfheid rond de mond					
14 Koude handen of voeten					
15 Bonzen van het hart					
16 Angstig gevoel					

### 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