

Hyperventilatie

Nijmeegse Vragenlijst

Naam: _____
 Geboortedatum: _____
 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	Heel 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	Benauwd 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					
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