

Nimweger Hyperventilationsfragebogen

Name:

Datum:

Anleitung:

kreuzen Sie bei jede Frage an ob Sie diesen Beschwerden nie, selten, manchmal, häufig oder sehr häufig haben bzw. gehabt haben.

	Nie	Selten	Manchmal	Häufig	Sehr häufig
1. Schmerzhaftes Stechen im Brustkorb					
2. Angespanntheit					
3. Ein Schleier vor den Augen					
4. Verwirrt sein, oder dass Gefühl haben den Kontakt mit der Umgebung zu verlieren					
5. Schwindel					
6. eine schnellere oder tiefere Atmung					
7. Atemnot					
8. Beklemmendes Gefühl in oder um den Brustkorb					
9. aufgeblähtes Gefühl im Bauch					
10. Kribbeln in den Fingern					
11. nicht ausreichend tief durchatmen können					
12. Steifheit in Fingern oder Armen					
13. Steifheit/Kribbeln rund um den Mund					
14. Kalte Hände oder Füße					
15. Herzklopfen					
16. Angstgefühle					
Subtotalen					

Gesamt:

Beurteilung:

Nie = 0 Punkte
Selten = 1 Punkt
Manchmal = 2 Punkte
Häufig = 3 Punkte
Sehr häufig = 4 Punkte

Skore:

18 Punkte oder mehr: Hyperventilation ist möglich; um so höher der Skore, um so wahrscheinlicher ist die Diagnose. Ab 23 Punkte: Hyperventilation besteht mit 80 % Sicherheit.