

# Nijmeegse Vragenlijst voor hyperventilatieklachten (NVL)

Datum:.....

Hieronder vindt u een aantal klachten, die mogelijk op u van toepassing zijn in de afgelopen weken.

Wilt u telkens één van de opstaande streepjes achter de klacht omcirkelen?

	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. Benauwd gevoel in of rond de borst					
9. Opgeblazen gevoel in de buik					
10. Tintelingen in 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					

Naam:

Leeftijd: man / vrouw

Medicijnen: Hoofdklacht:

## Korte toelichting

Deze vragenlijst is oorspronkelijk ontwikkeld om patiënten op te sporen met hyperventilatieklachten, die baat zouden kunnen hebben van ademregulatie.

De lijst heeft een tijdlang gefunctioneerd als diagnosticum voor het 'Hyperventilatiesyndroom', maar deze functie is verlaten sinds het HVS niet langer aanvaard wordt (d.w.z. klachten zijn niet rechtstreeks gevolg van hyperventileren en hypocapnie).

Toch blijkt de lijst heel bruikbaar om spanningsklachten te inventariseren en is gevoelig voor het effect van adem- en ontspanningstherapie, met name bij patiënten met angst en hyperventilatieklachten.

De score is te berekenen door de antwoordmogelijkheden waardes toe te kennen: nooit = 0, heel vaak =4. De somscore is dan maximaal 64. Een normale score is tussen de 9-12 (vrouwen iets hoger dan mannen). Een score van 20 kan gebruikt worden om normalen te onderscheiden van verhoogde klachten. Een score tegen de 20 is hoognormaal, boven de 20 is licht verhoogd en boven de 30 –35 is sterk verhoogd.

Patiënten met een verhoogde score, die niet verklaard wordt door een aandoening of andere oorzaak, zijn in principe geschikt voor een proefbehandeling met AOT. Indien de klachten afdoende reageren hierop, dan zal de eindscore in het normaal bereik vallen (9-12 plus of min 6). Als de klachten niet afdoende reageren zal de somscore verhoogd blijven en is er een oorzaak voor de klachten, die eventueel nadere zorg verdient.

De structuur van de lijst laat een vrij kenmerkend patroon van klachten zien, waarin een aantal factoren zijn te onderscheiden:

'Dyspneu' of subjectieve adembelemmering: items 6,7, 8 en 11

Perifere klachten: items 10, 12, 13 en 14

Centrale klachten: items 3, 4 en 5

Er blijft een restgroep over van items die naar angst en spanning vragen: 1,2, 15 en 16

Items 9 hangt negatief samen met de factor centrale klachten. Dit item wordt genegeerd.

Indien een patiënt een lage somscore heeft en wordt toch verdacht van spanningsklachten, dan kan een van de subscores een verhoogde waarde laten zien. Voor de subscores met vier items is een som van 5 de grens (vergelijkbaar met 20 voor de totale somscore) voor de factor met drie items is de grens 4.