

## **Wat is een hyperventilatietest?**

Op grond van een hyperventilatietest kan worden vastgesteld of je lijdt aan het zogenaamde hyperventilatiesyndroom. Dit verschijnsel is oorzaak van allerlei klachten, die ontstaan door een verkeerde ademhalingstechniek. Dat leidt tot klachten als duizeligheid, zwarte vlekken voor de ogen, wegrakingen, tintelingen in armen en benen, beklemmingen of pijn op de borst, angst, benauwdheid, enzovoorts.

Om vast te kunnen stellen of je aan het hyperventilatiesyndroom lijdt, wordt tijdens de test een aanval van hyperventilatie nagebootst.

De test bestaat uit een aantal ademhalingsoefeningen. Ademtempo en hoeveelheden adem worden geregistreerd door een apparaat waarmee je via een mondstuk bent verbonden.

## **Hoe wordt de test uitgevoerd?**

Tijdens de test zit je ontspannen in een stoel. Als je het mondstuk tussen de tanden hebt en een klem op de neus kan met de eigenlijke test worden begonnen.

- Je haalt één minuut rustig adem in jouw eigen tempo.
- Vervolgens dien je twee minuten diep in- en uit te ademen. Het tempo wordt aangegeven door een laborant(e).
- Op een teken van de laborant(e) ga je weer drie minuten rustig in je eigen tempo ademen.
- Nadat mondstuk en neusklem zijn verwijderd, beantwoord je een aantal vragen over je ervaringen tijdens het onderzoek.
- Na de test is het mogelijk dat je nog enige tijd dient te blijven.

## **Hoe bereid je je voor?**

Voor het welslagen van dit onderzoek is het beter om op de dag van het onderzoek geen kalmerende middelen te gebruiken. Overleg dit echter vooraf met je arts.

## **Samenvatting**

- Met de hyperventilatietest kan worden vastgesteld of je lijdt aan het hyperventilatiesyndroom, een toestand die leidt tot velerlei klachten.
- Om de test te laten slagen, is het belangrijk de instructies van de laborant(e) goed op te volgen.

## **Complicaties**

In een enkel geval kun je tijdens het onderzoek niet lekker worden.

## **Heb je nog vragen?**

Deze informatie is niet bedoeld als vervanging van mondelinge informatie, maar als aanvulling daarop. Hierdoor is het mogelijk om alles nog eens rustig na te lezen.

Heb je nog vragen over de test, neem dan contact op met de functieafdeling, telefoon: 040 - 286 48 33.

Met medische vragen kun je terecht bij de behandelend specialist.

Wil je deze informatie online bekijken ga dan naar  
[www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/fun013-hyperventilatietest/](http://www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/fun013-hyperventilatietest/)  
Of scan met je telefoon of tablet de QR-code.



FUN013  
25-10-2024