

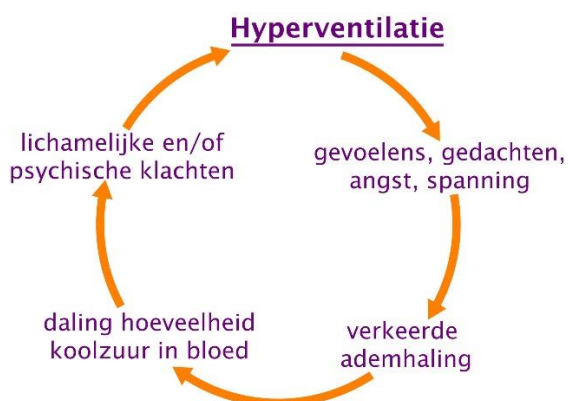
Duizeligheid ten gevolge van hyperventilatie

Inleiding

In deze folder vindt u meer informatie over de oorzaak, diagnose en behandeling van duizeligheid ten gevolge van hyperventilatie.

Klachten of symptomen

Als u hyperventileert ademt u dieper en sneller dan gewoonlijk. Daardoor ademt u te veel koolzuur uit en daalt het koolzuurgehalte in het bloed. De ventilatie is groter dan de lichamelijke behoefte, wat kan leiden tot duizeligheid. Ook kunnen allerlei nevenverschijnselen optreden zoals tintelingen in de vingers en rond de mond, druk op de borst, transpireren, onrust en angst. Hyperventilatie kan aanvalsgewijs optreden met zeer sterke reacties waarin u extreem hijgt of naar adem snakt. Dit wordt als zeer benauwd ervaren. Het kan ook in meer chronische vorm optreden waarbij u in lichte mate gedurende meerdere uren hyperventileert. Deze vorm is vaak moeilijker herkenbaar. Ook komen allerlei tussenvormen voor.



Onderzoek

Om een goede diagnose te stellen is vooral de aard van de klachten belangrijk. Daarnaast is enig onderzoek nodig. Door de specialist kan een evenwichtsonderzoek (ENG) of een ventilatietest aangevraagd worden. Wanneer er geen lichamelijke oorzaak voor de klachten wordt gevonden en een niet optimale regulatie van de ademhaling aantoonbaar of aannemelijk is, spreekt men van hyperventilatie.

Oorzaak

Hyperventilatie kan verschillende oorzaken hebben. In feite is hyperventilatie een afweerreactie. Het is dan ook een teken dat er iets aan de hand is. Het kan zijn dat u bloot staat aan spanningen of aan sterke emoties, zoals angst of boosheid die tot duizeligheid leiden. Als (onbewuste) reactie kan hyperventilatie optreden.

Behandeling

De behandeling van de duizeligheid ten gevolge van hyperventilatie is in eerste instantie gericht op de behandeling van de hyperventilatieproblematiek zelf. Daarom is uitleg aangaande de aard en oorsprong van de beangstigende klachten, waartoe ook duizeligheid behoort, van belang.

Tevens kunnen ademhaling- en ontspanningsoefeningen de klachten sterk doen verminderen. Een enkele keer worden medicijnen voorgeschreven. Terughoudendheid is hierbij op zijn plaats omdat gewenning aan het geneesmiddel makkelijk optreedt.

Veelal wordt de huisarts betrokken bij de juiste therapie omdat deze de patiënt of situatie meestal ook persoonlijk kent.

Vragen?

Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben, dan kunt u contact opnemen met de Polikliniek KNO, 020 - 755 7029.

Opmerkingen over deze folder

Ontbreekt er informatie in deze folder of is iets onduidelijk beschreven, dan horen wij dat graag. U kunt uw opmerkingen doorgeven via voorlichting@zha.nl