

## Symptome der chronischen Hyperventilation, wenn Sie immer etwas zu viel atmen

### **Magen/Darm-Trakt:**

Häufiges Wasserlösen, Bauchschmerzen und -krämpfe, Reizdarm, Verstopfung mit teilweise Durchfall, Blähungen, Mangel an Verdauungsenzymen, Malabsorption, Übelkeit, Blutzuckerschwankungen

### **Herz/Kreislauf:**

Brustschmerzen, Herzrasen, erhöhter Puls, erhöhter Blutdruck

### **Respiratorisches System:**

Kurzatmigkeit, Engegefühl, häufiges Gähnen und Seufzen, Husten oder ständiges Räuspern und Schneuzen, verstopfte Nasen und Höhlen, häufige Erkältungen, trockener Mund, Apnoe

### **Nervensystem, Haut, Muskeln:**

Taubheit in Mund, Händen, Füßen, kalte Extremitäten, Schwindel, Kopfweg, verwaschene Sprache, verschwommenes Sehen, Schweissausbrüche, chronische Müdigkeit, Krämpfe, Zittern

### **Psyche:**

Unruhe, Ängste und Panik, Konzentrationsstörungen, Vergesslichkeit, Reizbarkeit, Anspanntheit, sich gehetzt fühlen, depressive Symptomatik