

Kwestionariusz oddechowy	Nigdy 0	Rzadko 1	Czasami 2	Często 3	Bardzo często 4
Ból/sztywność w klatce piersiowej, niemożność swobodnego oddychania					
Słaba równowaga					
Oddychanie przez usta w ciągu dnia					
Oddychanie przez usta w ciągu nocy, budzenie się z suchymi ustami, zatkany nosem					
Zatkany nos, częsty katar					
Odczucie napięcia w ciele, szczególnie w odcinku szyjnym i/lub lędźwiowym					
Zawroty głowy, migreny					
Słaba koncentracja					
Przyspieszone oddychanie w czasie spoczynku					
Brak tchu po wysiłku (też lekkim)					
Odczucie wzdętego brzucha, problemy z trawieniem, IBS					
Częste wzdychanie, ziewanie					
Głośny, świszczący oddech					
Zimne dłonie lub stopy					
Przyspieszone bicie serca, problemy z ciśnieniem					
Kłopoty ze snem - z zasypianiem, wybudzaniem się w nocy					
Odczucie niepokoju, stres, złość					
Zmęczenie, też po przespanej nocy					
Razem:					