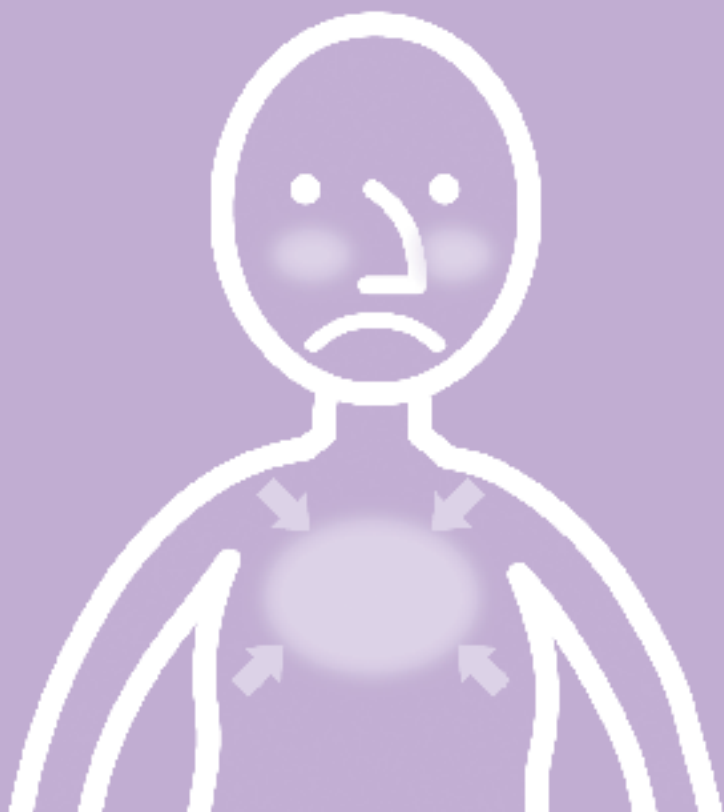


تنفس اضطراب آلود



این چیست؟

وقتی عصبی یا مضطرب باشید، ناراحتی های گوناگونی ظهور می کنند. تنفس اضطراب آلود یکی از این ناراحتی ها است. تنفس اضطراب آلود به این معنی است که شما تند یا خیلی عمیق نفس می کشید.

Hyperventilatie 8

Wat is het?

Wanneer u gespannen of angstig bent, kunnen daardoor verschillende klachten ontstaan. Hyperventilatie is één van die klachten. Hyperventilatie wil zeggen dat u te snel of te diep ademt.

