

语言治疗部门 使吞咽进步的下巴运动 (CTAR)

运动步骤:

1. 把球 / 拳头放在胸前，在下巴下方。
2. 连续动作
 - a. 低头，用下巴用力夹紧把球 / 拳头1-2 秒
 - b. 然后抬头
 - c. 重复以上动作20次
3. 持久动作
 - a. 低头，用下巴用力夹紧把球 / 拳头
 - b. 保持夹紧球 / 拳头的姿势，继续用下巴压着球 / 拳头 20秒
 - c. 然后抬头
 - d. 重复以上动作3次

用球进行使吞咽进步的下巴运动 (CTAR) 示范



如有疑问，请拨 6889 4857

语言治疗师: _____