

摂食嚥下O×クイズ

突然ですがここで問題です！！

Q.次の動作のうち、嚥下リハビリになるものはどれか？

①会話をする

②口腔ケアを行う



③食べる

④深呼吸をする



答えは… **なんと①～④すべてが正解です！！**

日常の何気ない動作が嚥下リハビリになっているのです！

**嚥下は筋肉運動！！
こまめに継続する事が大切！！**