

Dr. Hani Abdulsattar Shaker

Medical Speech & Swallowing Disorders

San Jose State University - California
University of Pittsburgh - Pennsylvania



د. هاني عبدالستار شاكر

طبيب اختصاصي طب التخاطب واضطرابات البلع

جامعة سان هوزي بالولايات المتحدة الأمريكية
جامعة بيتسبيرغ - بنسلفينيا

تمرين البلع فوق المزمار

الهدف من هذا الإجراء هو التحكم الإرادي لقفل الحبال الصوتية قبل وخلال عملية البلع لحماية القصبة الهوائية من سخط السوائل او الغذاء من خلالها وبالتالي منع حدوث التهاب الرئة السفطي او الطموح.

الخطوات الإجرائية العلاجية

- ١) خذ نفس عميق (شهيق) وامسك النفس بقوة
- ٢) ضع قليل من الماء
- ٣) بينما انت ماسك نفسك، ابلع حتى تكتمل البلعة بالكامل ثم،
- ٤) قح مباشرة بعد البلعة
- ٥) ابلع مرة اخرى
- ٦) الآن، تنفس (زفير)

