

Przegląd najprostszych technik kompensacyjnych, adaptacyjnych oraz ćwiczeń wskazanych przy różnych objawach zaburzeń połykania

Objaw towarzyszący jedzeniu	Możliwy mechanizm zaburzeń połykania	Możliwe oddziaływanie kompensacyjne lub adaptacyjne
Krztuszenie się przy picciu płynów	Słaba kontrola oralna – niekontrolowane wyciekanie płynu do gardła przed wyzwoleniem odruchu połykania	Unikanie odchylenia głowy do tyłu podczas picia Połykanie z brodą pochyloną do mostka Połykanie nadgłośniowe Picie pojedynczymi i/lub małymi łykami Zagęszczanie płynów Picie przez słomkę Picie z filiżanki o dużej średnicy Picie łyżeczką
	Opóźniony odruch połykania	Połykanie z brodą pochyloną do mostka Połykanie nadgłośniowe Zagęszczanie płynów Picie gazowanych napojów Wyrazista temperatura płynów
Krztuszenie się podczas lub po połykaniu pokarmów stałych	Zaburzenia pasażu kęsa z jamy ustnej do gardła (niedowład języka,) lub z gardła do przełyku (niedowład podniebienia miękkiego, gardła, zaburzenia otwarcia górnego zwieracza przełyku) z zaleganiami pokarmu w okolicy wejścia do krtani.	Silne przełknięcie + oparcie łokci na stole Połykanie z brodą pochyloną do mostka Manewr Mendelсона
Uczucie zalegania kęsa w gardle		Puste przełknięcie po każdym kęsie Popijanie po każdym kęsie stałego pokarmu. Odchrząkiwanie po każdym kęsie
Konieczność kilkakrotnego przełknięcia pojedynczego pokarmu		Jedzenie małymi kęsami Eliminacja z diety pokarmów stałych – zamiast tego mielone lub papkowate.
Uczucie przeszkody podczas przełykania		Próba ćwiczeń wzmacniających język i przednią ścianę gardła (ćwiczenie Shakera, ćwiczenie Masako, manewr Mendelсона).
Kichanie, wyciek z nosa podczas jedzenia	Zazwyczaj najbardziej nasilone podczas połykania płynów. Niedowład podniebienia miękkiego i nieuszczelnienie zwarcia podniebienno-gardłowego	Silne przełknięcie + oparcie łokci na stole Zmniejszenie jednorazowej objętości łyka Zagęszczanie płynów Próba ćwiczeń wzmacniających podniebienie (np. długa fonacja „k”)