

# Dysfunkcja oddychania = oddychanie torem ustnym



## NIEPRAWIDŁOWY ODDECH:

- głośny i ciężki
- widoczny i nieregularny
- wysiłkowy, jakby sprawiał trudność
- oddychanie przez usta
- z widocznymi ruchami klatki piersiowej i ramion
- nabieranie dużych wdechów przed mówieniem

## PRAWIDŁOWY ODDECH

- cichy w spoczynku
- usta są zamknięte
- wdech i wydech są niesłyszalne
- regularny i spokojny



## DYSFUNKCJA ODDYCHANIA - PRZYCZYNY

- powiększone migdałki podniebienne
- powiększony migdałek gardłowy
- skrzywienie przegrody nosowej
- infekcje górnych dróg oddechowych
- alergię
- wady postawy
- obniżone napięcie mięśniowe

