

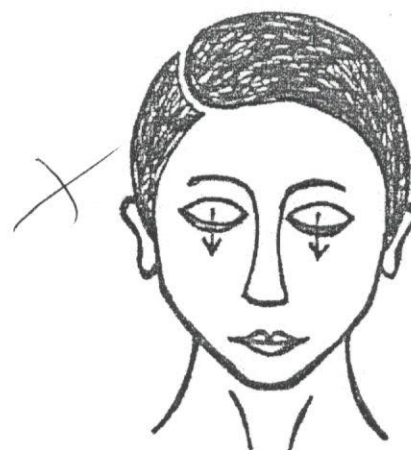
Příklady aktivního cvičení mimických svalů - provádět nejlépe až po konzultaci s fyzioterapeutem!



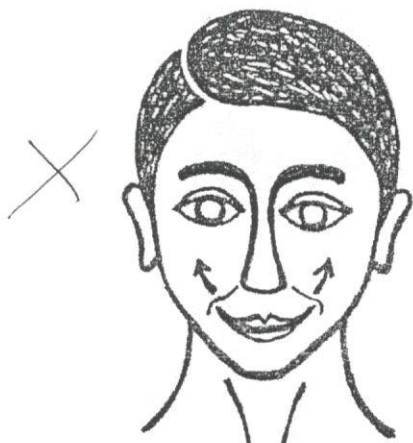
Krčení čela – bez pohybu úst



Svrašťování obočí – opět bez pohybu úst



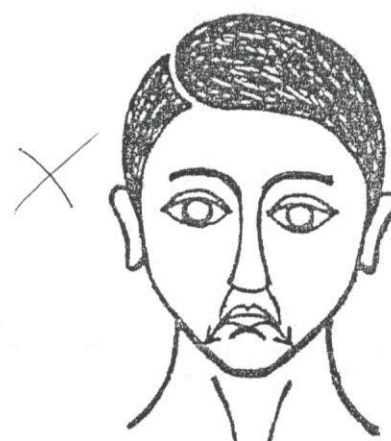
Zavírání očí – pozor, aby se nezvedal ústní koutek vzhůru



Vytahování ústních koutků šikmo vzhůru – bez přivírání očí



Tažení ústních koutků do stran – je to pohyb v malém rozsahu



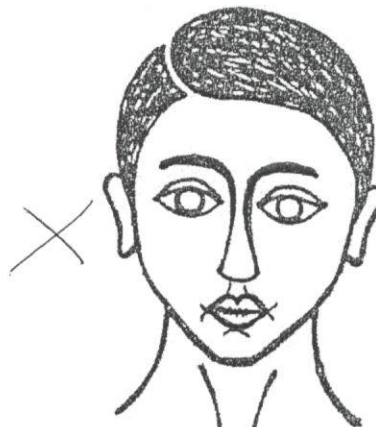
Stahování ústních koutků šikmo dolů – při pohybu se může zapojit kožní sval na krku



Stahování dolního rtu dolů nebo cenění dolních zubů



Vysunutí dolního rtu nahoru nebo nadzvedávání horního rtu dolním



Špulení úst – pozor, aby se současně nezavíralo oko