

# أمراض القلب و الأوعية الدموية و التهاب المفاصل الروماتيزمي

الأشخاص المصابون بالتهاب المفاصل الروماتيزمي (RA) واضطرابات التهاب المفاصل الأخرى هم أكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية (CVD). تصل احتمالية خطر إصابة الأشخاص ذوي التهاب المفاصل الروماتيزمي بقصور القلب إلى الضعف

يحسن النشاط البدني النتائج الصحية ، ويوصى به للأشخاص المصابين بالتهاب المفاصل الروماتيزمي . يمكن أن يساعد النشاط البدني والتمارين الرياضية في :

• اللياقة البدنية

• قوة العضلات

• المرونة

• التوازن

• الألم والتعب

• الاكتئاب

• الوقاية من فقدان كثافة

العظام



يمكن لأخصائي العلاج الطبيعي أن يوجهك في برنامج نشاط مناسب لك لزيادة مقدار وقت نشاطك تدريجياً



World  
PT Day

2023

8 سبتمبر



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay

[www.world.physio/wptday](http://www.world.physio/wptday)