

KINÉSITHÉRAPIE ET ARTHRITE

Comment la kinésithérapie peut-elle aider ?

Les kinésithérapeutes font partie d'une équipe multidisciplinaire qui peut vous aider à mieux vivre avec votre arthrite. Ils/elles vous aideront à rester actif et à bouger.

Les stratégies peuvent être les suivantes :



élaborer un programme d'exercices personnalisé



renforcer votre force, votre endurance, votre mobilité et votre niveau d'activité



vous aider à développer vos capacités à faire face à la douleur, à l'œdème et à la raideur



Un kinésithérapeute vous évaluera de manière globale et vous aidera à accéder à d'autres professionnels pour vous aider à mieux vivre avec votre arthrite.



World
PT Day
2023

8 SEPTEMBRE



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday