

# FIZIOTERAPIJA UN ARTRĪTS

## Kā fizioterapija var palīdzēt

Fizioterapeiti ir daļa no multidisciplināras komandas, kas var palīdzēt Tev tikt galā ar artrītu. Fizioterapeiti Tev palīdzēs palikt aktīvam un turpināt kustēties.

Terapijas stratēģijas var iekļaut:



pielāgotas vingrinājumu programmas izstrādi



spēka, izturības, kustīguma un aktivitāšu līmeņa palielināšanu



palīdzēt Tev attīstīt prasmes, lai pārvaldītu sāpes, pietūkumu un stīvumu



Fizioterapeits Tevi novērtēs visaptveroši un informēs par citu profesionāļu, piemēram, veselības aprūpes speciālistu iespējām



World  
PT Day  
2023

8. SEPTEMBRIS



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay

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