

# FIZIOTERAPIJA I ARTRITIS

## Kako fizioterapija može pomoći

Fizioterapeuti su dio multidisciplinarnog tima koji vam može pomoći nositi se s vašim artritisom. Oni će vam pomoći da ostanete aktivni i nastavite se kretati.

Strategije mogu uključivati:



Izradu krojenog programa vježbi



Jačanje vaše snage, izdržljivosti, pokretljivosti i razina aktivnosti



Podršku u razvijanju vaših vještina kako bi se nosili s bolom, oteklinama i ukočenošću



Fizioterapeut će vas u cijelosti procijeniti i pomoći vam da dođete do njege drugih profesionalaca kako bi vam pomogli nositi se s artritisom.



World  
PT Day  
2023

8. SEPTEMBAR



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay

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