



World PT Day 2022

ऑस्टियोआर्थराइटिस गठिया का
सबसे आम प्रकार है



नियमित
व्यायाम आपके
ऑस्टियोआर्थराइटिस,
कूल्हे के फ्रैक्चर, वृद्ध
वयस्कों में गिरने के
जोखिम को कम करता
है, और सर्जरी की
आवश्यकता को रोक
या देरी कर सकता है।

अपनी आवश्यकताओं के आधार पर एक
व्यक्तिगत प्रशिक्षण कार्यक्रम बनाने के बारे में
एक फिजियोथेरेपिस्ट से बात करें।



World
Physiotherapy

[#worldptday](https://www.instagram.com/worldptday)