

# ကျိုးပေါင်းရောဂါ နှင့် လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ခြင်း

## လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်လို့ရပါသလား။

လေ့ကျင့်ခန်းသည် အသက်အရွယ်၊ အဆစ်ရောင်လက္ခဏာများပြင်းထန်မှု သို့မဟုတ် မသန်စွမ်းမှုအဆင့်မရွေး ကျိုးပေါင်းရောဂါရှိသူတိုင်းအတွက် သင့်လျော်ပါသည်။ ၎င်းတွင် အောက်ပါတို့ပါဝင်သင့်သည်



### ကြွက်သားများ အားကောင်းစေခြင်း



အဆစ်များ လှုပ်ရှားခြင်း



ကြံ့ခိုင်မှုတိုးစေရန်နှင့် အထိုင်များသည့်အချိန်ကို



ပုံမှန်လှုပ်ရှားမှုပုံစံများ



လျော့ချနိုင်စေရန်အတွက် ယေဘုယျကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု။



လေ့ကျင့်ခန်းသည် အောင်မြင်နိုင်ပြီး ဘေးကင်းစိတ်ချရကြောင်း သေချာစေရန်အတွက် သင်၏လိုအပ်ချက်များနှင့် ကိုက်ညီသည့် အဝင်ခွင့်ကျဖြစ်စေမည့် လေ့ကျင့်ခန်းအစီအစဉ်တစ်ခုအကြောင်း သင့် အကြံအစည်အဆစ်ကုပညာရှင်နှင့် ဆွေးနွေးပါ။



World PT Day 2022

8 SEPTEMBER



World Physiotherapy

www.world.physio/wptday