

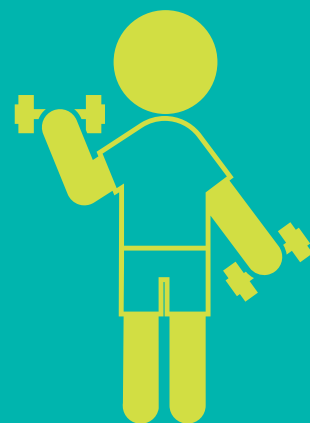
# KVB I REUMATOIDNI ARTRITIS

Osobe s reumatoidnim artritisom (RA) i drugim upalnim poremećajima zglobova imaju povećan rizik od kardiovaskularnih bolesti (KVB).

Osobe s RA mogu imati dva puta veći rizik od razvijanja zatajenja srca.

Biti fizički aktivan poboljšava vaše zdravstvene ishode i preporučeno je za osobe s RA. Tjelesna aktivnost i vježbe mogu pomoći:

- Tjelesnoj kondiciji
- Mišićnoj snazi
- Fleksibilnosti
- Ravnoteži
- Bolu i zamoru
- Depresiji
- Spriječiti gubitak gustoće kostiju



Vaš fizioterapeut vas može usmjeriti na program aktivnosti koji je pravi za vas kako bi polako povećali količinu vremena u kojem ste aktivni.



**World  
PT Day**  
2023

8. SEPTEMBAR



**World  
Physiotherapy**

**#WorldPTDay**

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