

# KVO A REVMATOIDNÍ ARTRITIDA

Lidé s revmatoidní artritidou (RA) a jiným zánětlivým onemocněním kloubů mají zvýšené riziko kardiovaskulárních onemocnění (KVO).

Lidé s RA mohou zažít dvojnásobné riziko rozvoje srdečního selhání.

Být fyzicky aktivní zlepšuje zdravotní výsledky a doporučuje se lidem s RA. Fyzická aktivita a cvičení mohou pomoci zlepšit:

- fyzickou zdatnost
- svalovou sílu
- flexibilitu
- rovnováhu
- bolest a únavu
- depresi
- zabránit ztrátu kostní hustoty



Váš fyzioterapeut vám připraví program aktivit, který je pro vás vhodný tak, abyste pomalu prodlužovali dobu, po kterou jste aktivní..



World  
PT Day  
2023

8. ZÁŘÍ



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay

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