

Упражнения при остеоартрите

Упражнение в первую очередь

Упражнения и физическая активность являются безопасными и научно обоснованными стратегиями первой линии при лечении остеоартрита.

Упражнения могут помочь:



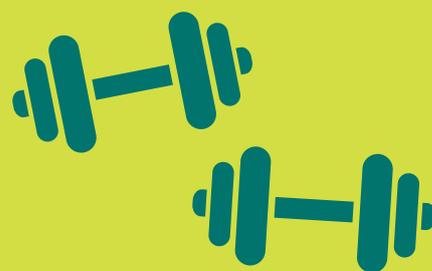
отсрочить или предотвратить замену сустава



задержать или предотвратить снижение функционального уровня



уменьшить боль в суставах



С остеоартритом можно успешно справиться.

Посоветуйтесь с физическим терапевтом об упражнениях, которые вам подходят.



World
Physiotherapy

www.world.physio/wptday



World
PT Day
2022

8 СЕНТЯБРЯ