

# FIZIOTERAPIJA I ARTRITIS

## Kako fizioterapija može pomoći

Fizioterapeuti su dio multidisciplinarnog tima koji vam mogu pomoći držati artritis pod kontrolom.

Fizioterapeuti će vam pomoći da ostanete aktivni i pokretljivi.

Strategije mogu uključivati:



izrada prilagođenog programa vježbanja



povećanje vaše snage, izdržljivosti, pokretljivosti i razine aktivnosti



savjetovati vas kako razvijati vještine za upravljanje boli, smanjenje otekline i ukočenosti



Fizioterapeut će holistički procijeniti vaše funkcionalno stanje i pomoći vam da pristupite skrbi drugih stručnjaka koji vam mogu pomoći u procesu liječenja artritisa.



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay

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



World  
PT Day  
2023  
8. RUJAN