

FIZIOTERAPIA ȘI ARTRITA

Cum poate ajuta fizioterapia

Fizioterapeuții fac parte din echipa multidisciplinară care vă poate ajuta să vă gestionați artrita. Aceștia vă pot ajuta să rămâneți activi și mobili.

Strategiile pot include:



crearea unui program personalizat de exerciții fizice



creșterea forței, rezistenței, mobilității și a nivelelor de activitate



sprijinirea în vederea dezvoltării abilităților necesare gestionării durerii, edemului și rigidității



Fizioterapeutul vă poate evalua dintr-o perspectivă holistică și vă poate îndruma către alți specialiști care să vă ajute cu gestionarea artritei.



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday



World
PT Day
2023

8 SEPTEMBRIE