

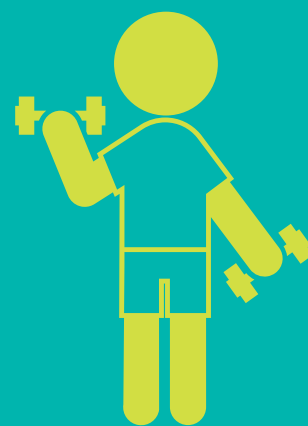
ЗҮРХ СУДАСНЫ ЭМГЭГ БА РЕВМАТОЙД АРТРИТ

Ревматоид артрит болон бусад үе мөчний үрэвсэлт эмгэгүүд нь зүрх судасны эмгэгээр өвдөх эрсдлийг нэмдэг.

Ревматоид артриттай хүмүүс нь зүрхний дутагдлаар өвдөх 2 дахин эрсдэлтэй.

Бие махбодын идэвхтэй байдал нь эрүүл мэндийг сайжруулдаг ба ревматоид артриттай хүмүүс дасгал, идэвхтэй хөдөлгөөнтэй байснаар:

- бие махбодын тамир тэнхээ /ачаалал даах чадвар/
- булчингийн хүч
- уян хатан
- тэнцвэр
- өвдөлт, биеийн ядрал сульдаа
- сэтгэл гутрал
- ясны нягт буурч сийрэгжихээс урьдчилан сэргийлнэ



Хөдөлгөөн засалч танд таны идэвхтэй байх хугацааг аажмаар сайжруулахын тулд танд тохирсон дасгалын хөтөлбөрийг зааж өгнө.



World
PT Day
2023

09 сарын 08 өдөр



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday