

Menschen mit einer rheumatoiden Arthritis (RA) oder einer anderen entzündlichen Gelenkerkrankung haben ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen.

Menschen mit einer RA können ein verdoppeltes Risiko haben, ein Herzversagen zu entwickeln

Körperlich aktiv zu sein verbessert die Gesundheit, und ist für Menschen mit RA empfohlen. Körperliche Aktivität und Training können förderlich sein für/bei:

- die körperliche Fitness
- die Muskelkraft
- die Beweglichkeit
- die Balance
- Schmerzen und Müdigkeit
- Depressionen
- Der Verhinderung des Verlusts von Knochendichte



Physiotherapeut*innen können sie mit einem Aktivitätsprogramm anleiten, dass für sie passend ist, um die Zeit, in der sie aktiv sind langsam zu steigern.



**World
PT Day**
2023

8. SEPTEMBER



**World
Physiotherapy**

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday