



World PT Day 2023

Makakatulong ang physical therapy/physiotherapy sa iyong rayuma

Ang mga physical therapist/physiotherapist (PT) ay bahagi ng multidisciplinary team na makakatulong sa iyong rayuma, makaka-gabay upang ikaw ay maging aktibo, at makakapag-panatili ng antas ng iyong pisikal na aktibidad. Sila ay maaaring:



gumawa ng angkop na ehersisyo na ukol sa iyong pangangailangan



tumulong sa pagbuo ng iyong lakas, tibay, paggalaw, at antas ng aktibidad



magbigay ng suporta sa pagbuo ng mga kasanayan na makakatulong sa pananakit, pamamaga, at paninigas na iyong nararamdaman



World
Physiotherapy

[#WorldPTDay](https://www.instagram.com/WorldPTDay)