

# Bewegen met osteoartritis

## Eerst bewegen

Lichaamsbeweging en fysieke inspanning zijn veilige en evidence-based eerstelijns managementstrategieën voor osteoartritis.



Het kan:



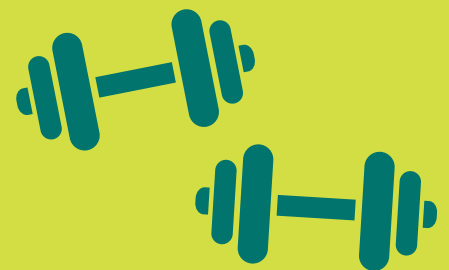
gewrichtsvervangingen  
uitstellen of voorkomen



functionele achteruitgang  
uitstellen of voorkomen



gewrichtspijn  
verminderen



Osteoartritis kan succesvol  
behandeld worden.

Vraag advies aan een  
kinesitherapeut over de juiste  
soort oefeningen voor jou.



World  
PT Day  
2022

8 SEPTEMBER



World  
Physiotherapy

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