



World PT Day 2022

変形性関節症でも 運動できますか？

運動は、年齢や変形性関節症の症状の重さ、障害の程度に関係なく、すべての変形性関節症の人に適しています。

運動の種類：



部分的な筋力の
強化



正しい運動パターン



関節運動



一般的な身体活動

理学療法士に、あなたのニーズに合った運動プログラムについて相談し、安全に行える運動なのかを確認しましょう。



World
Physiotherapy

#worldptday