

PAG-EEHERSISYO NG MAY RAYUMA

Ang regular na pisikal na aktibidad at pageehersisyo ay mahalaga sa pagkontrol ng mga sintomas ng iba't ibang klase ng arthritis katulad ng Inflammatory Arthritis (IA), katulad ng Rheumatoid arthritis (RA) at Axial spondyloarthritis (axial SpA). Maraming benepisyong pangkalusugan ang maidudulot nito sa katawan.



Malaki ang maitutulong ng physical therapy/physiotherapy sa pagkontrol ng mga sintomas at paggamot sa mga taong may rayuma.

Ang physical therapist/physiotherapist ang gagabay sa inyo kung papaano mag-ehersisyo ng tama at ligtas at tutulong upang madagdagan ang inyong paggalaw.



World
PT Day
2023

8 SETYEMBRE



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday