

# PHYSIOTHERAPIE UND ARTHRITIS

## Wie Physiotherapie helfen kann

Physiotherapeut\*innen sind Teil eines multidisziplinären Teams, das ihnen helfen kann, ihre Arthritis zu managen. Sie werden ihnen dabei helfen aktiv und in Bewegung zu bleiben.

Strategien können beinhalten:



Erstellen eines maßgeschneiderten Übungsprogramms



Aufbau ihrer Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Aktivitätsniveaus



Unterstützung bei der Entwicklung von Fähigkeiten zum Umgang mit Schmerzen, Schwellungen und Steifigkeit



Physiotherapeut\*innen werden sie ganzheitlich untersuchen, und ihnen dabei helfen, auch von anderen Gesundheitsprofis Unterstützung beim Management ihrer Arthritis zu erhalten.



World  
PT Day  
2023

8. SEPTEMBER



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay

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