



World
PT Day
2024



VẬT LÝ TRỊ LIỆU VÀ ĐAU THẮT LƯNG



Lưng trở nên khỏe mạnh hơn nhờ vận động và hoạt động thể chất.



Tập thể dục có thể ngăn ngừa cơn đau thắt lưng quay trở lại và là một trong những phương pháp điều trị hữu ích nhất cho chứng đau thắt lưng. Đừng như không có một loại bài tập nào vượt trội hơn so với các loại bài tập khác.

Làm việc với chuyên gia Vật lý trị liệu của bạn để tìm một bài tập mà bạn thích.



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

Ngày 8 Tháng 9

www.world.physio/wptday