



World  
PT Day  
2024



# БІЛЬ ПОПЕРЕКУ: ГЛОБАЛЬНА ЕПІДЕМІЯ



Біль попереку є основною причиною непрацездатності в усьому світі



У 2020 році  
**1 з 13** людей  
відчував біль  
попереку

Фізичний терапевт підкаже, як набути впевненості в спині, збільшити рухливість та стати активним



Самоконтроль та вправи є найбільш рекомендованими методами терапії болю попереку



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay

8 вересня

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