



World PT Day 2024

العلاج الطبيعي يمكن أن يساعد في علاج آلام أسفل الظهر

أخصائيو العلاج الطبيعي متخصصون في علاج آلام أسفل الظهر، ويمكنهم تقديم العلاج المناسب لاحتياجاتك. يمكن لأخصائيو العلاج الطبيعي:

مساعدتك على فهم كيفية إدارة الألم



تقديم نصائح حول نمط الحياة بما في ذلك النصائح المتعلقة بالنشاط البدني والتوتر والنوم



إعطائك برنامج تمارين لتحسين قوتك ومساعدتك على استئناف الأنشطة البدنية



World
Physiotherapy

[#WorldPTDay](https://www.world.physio/wptday)

www.world.physio/wptday