



# World PT Day 2024

**Fizjoterapia może pomóc w dolegliwościach bólowych dolnego odcinka kręgosłupa.**

Fizjoterapeuci są specjalistami w leczeniu bólu dolnego odcinka kręgosłupa i mogą zaoferować Ci leczenie dostosowane do Twoich potrzeb.

Fizjoterapeuci mogą:



pomóc Ci zrozumieć, jak radzić sobie z bólem,



przekazać Ci wskazówki dotyczące stylu życia, w tym porady dotyczące aktywności fizycznej, stresu i snu,



zapropionować Ci program ćwiczeń, który poprawi Twoją siłę i pomoże Ci wznowić aktywność fizyczną.



**World  
Physiotherapy**

**#WorldPTDay**

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