



# World PT Day 2024

## ФІЗИЧНИЙ ТЕРАПЕВТ МОЖЕ ДОПОМОГТИ ВАМ ПРИ БОЛЮ ПОПЕРЕКУ

Фізичні терапевти – фахівці по лікуванню болю попереку, які можуть запропонувати терапію, адаптовану до ваших потреб. Вони можуть:



допомогти вам зрозуміти, як справлятися з болем



надати поради щодо способу життя, зокрема щодо фізичної активності, стресу та сну



розробити програму вправ щоб покращити вашу силу та допомогти вам відновити фізичну активність



World  
Physiotherapy

## #WorldPTDay

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