



World PT Day 2024

ફિઝિયોથેરાપી તમારા કમરના દુઃખાવાને દૂર કરવામાં મદદ કરી શકે છે.

ફિઝિયોથેરાપિસ્ટ કમરના દુઃખાવાની સારવાર માટે નિષ્ણાત છે અને તમારી જરૂરિયાત અનુસાર સારવાર કરી શકે છે. તેઓ નીચેના કામ કરી શકે છે:



તમને તમારો દુઃખાવો સમજવામાં મદદ કરી શકે છે.



જીવનશૈલી સંબંધિત જેવી કે શારીરિક પ્રવૃત્તિ, તણાવ અને ઉંઘ માટે સલાહ આપી શકે છે.



પ્રવૃત્તિઓ ફરી શરૂ કરવામાં મદદ કરવા માટે તમને કસરતના પ્રોગ્રામ આપે છે.



World
Physiotherapy

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

www.world.physio/wptday