



World PT Day 2024

Fizioterapija var palīdzēt tavām muguras lejasdaļas sāpēm

Fizioterapeiti ir speciālisti muguras lejasdaļas sāpju mazināšanā un var piedāvāt ārstēšanu, kas pielāgota tavām vajadzībām. Viņi var:



palīdzēt izprast, kā
pārvaldīt sāpes



sniegt ieteikumus dzīvesveida
maiņai, tai skaitā par fiziskajām
aktivitātēm, stresu un miegu



piedāvāt vingrojumu programmu,
lai uzlabotu muskuļu spēku un
palīdzētu atgriezties vai uzsākt
fizisko aktivitāšu veikšanu



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday