



World PT Day 2024

فزیو تھراپی آپ کی کمر کے درد کو کم کرنے
میں مدد کر سکتی ہے۔

فزیو تھراپسٹ کمر کے درد کے علاج کے
ماہر ہیں اور آپ کی ضروریات کے مطابق
علاج فراہم کر سکتے ہیں۔



آپ کو یہ سمجھنے میں مدد کرتا ہے کہ
درد کا علاج کیسے کرنا ہے۔



طرز زندگی کے مشورے دے سکتا ہے
جس میں جسمانی سرگرمی، تناؤ اور
نیند سے مطابق مشورے شامل ہیں۔



آپ کو اپنی طاقت کو بہتر بنانے اور
جسمانی سرگرمیاں دوبارہ شروع
کرنے کے لیے ورزش کا پروگرام دے
سکتا ہے۔



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday