



World PT Day 2024

物理治療可以改善您的下背痛

物理治療師是處理下背痛的專家，並能依您的需求提供量身訂做的治療。他們可以：



幫助您了解如何處理您的疼痛



提供生活方式上的指導，包括身體活動、壓力和睡眠的建議



提供您運動計畫來改善您的肌力並協助您恢復身體活動



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday