



World
PT Day
2025



การป้องกันการหกล้ม

#2

การหกล้ม เป็นอันดับสอง
ของสาเหตุการเสียชีวิต
ที่เกิดจากการบาดเจ็บ
จากอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นทั่วโลก

กายภาพบำบัดช่วยป้องกันการ การหกล้มได้อย่างไร

การออกกำลังกาย คือ กุญแจสำคัญที่ป้องกันการ
การหกล้ม นักกายภาพบำบัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ
ในการออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกาย
เฉพาะบุคคลเพื่อช่วยเพิ่ม:



ความแข็งแรงและการทรงตัว



การประสานการเคลื่อนไหว



ความยืดหยุ่นของร่างกาย



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday