



World  
PT Day  
2025



## 预防跌倒

#2

跌倒是全球意外伤害死亡的第二大原因

### 物理治疗如何帮助预防跌倒

**运动是预防跌倒的关键 –**

物理治疗师是制定个性化运动计划的专家，可帮助您改善：



力量与平衡



协调



灵活性



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay

[www.world.physio/wptday](http://www.world.physio/wptday)