

SŽB IN REVMATOIDNI ARTRITIS

Ljudje z revmatoidnim artritisom (RA) in drugimi vnetnimi boleznimi sklepov imajo povečano tveganje za nastanek srčno-žilnih bolezni (SŽB).

Pri ljudeh z RA je tveganje za nastanek srčnega popuščanja dvakrat večje.

Telesna dejavnost izboljša zdravje in je priporočljiva za ljudi z RA. Telesna dejavnost in vadba lahko pomagata pri:

- telesni pripravljenosti
- mišični moči
- gibljivosti
- ravnotežju
- bolečini in utrujenosti
- depresiji
- preprečevanju izgube kostne gostote



Vaš fizioterapevt vas lahko vodi skozi program različnih aktivnosti, ki bo pravi za vas, da boste lahko počasi podaljšali čas telesne dejavnosti.



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday



World
PT Day
2023

8. SEPTEMBER