

心血管疾病與類風濕性關節炎

類風濕性關節炎和其他發炎性關節疾病的患者有較高的風險罹患心血管疾病。

類風濕性關節炎患者發生心衰竭的風險是一般人的兩倍。

保持身體活躍可以改善健康狀況，可推薦給類風濕性關節炎患者。體能活動和運動可以幫助：

- 體適能
- 肌肉力量
- 柔軟度
- 平衡
- 疼痛和疲勞
- 憂鬱
- 防止骨密度流失



您的物理治療師可指導您進行適合您的活動及運動計劃，來逐漸增加您活動的時間。



World
PT Day
2023
九月八日



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday