



World  
PT Day  
2024



# 腰痛：世界的な疫学



腰痛は世界的にも身体障害を引き起こす主要な原因です。



2020年には世界中の13人に1人が腰痛を経験しました。

理学療法士は、あなたがあなた自身の腰を信頼し、可動性を高め、より活動的になる方法を指導します。



腰痛を防ぐために最も推奨される方法は、自己管理と運動です。



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay

9月8日

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