



World  
PT Day  
2026



# हृदय स्वास्थ्य



हृदय और रक्त वाहिकाओं से जुड़े रोग दुनिया भर में मृत्यु का मुख्य कारण हैं।

एक फिजियोथेरेपिस्ट इन तरीकों से आपके हृदय का स्वास्थ्य अच्छा बना सकता है:



चेतावनी के संकेतों को पहचानना और शीघ्र क्रियान्वन को बढ़ावा देना



अति संभावित व्यक्तियों की पहचान करना



सुरक्षित और प्रति व्यक्ति की आवश्यकतानुसार एक्सरसाइज़ प्रोग्राम देना

फिजियोथेरेपी सभी को सक्रिय रहने और अच्छा जीवन जीने में सहायता कर सकती है।



World  
Physiotherapy

**#WorldPTDay**

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