

テーマ

膝のリハビリって？ 変形性膝関節症でお悩みの方へ

その膝の痛み、我慢しないで。

「歳のせい」と膝の痛みをあきらめていませんか。
適切な対処で改善を目指しましょう。

「3か月以上も経っているのに、痛みが続いている」「膝を痛めたときのケガが治っているのに、痛みが続いている」「良くなったり、悪くなったりを繰り返している」こんな膝の悩みを抱えていませんか？

軟骨がすり減り骨が変形する「変形性膝関節症」でお悩みの方も多いと思いますが、適切な治療や日常生活、そして運動を行うことで予防・改善することもあります。この講座では、当院理学療法士が膝への負担の少ない動作や生活における注意点、膝の軽体操をレクチャーします。



開催概要

10月19日(土)

事前予約制

時間 10:00 ~ 11:00 (9:45 ~ 受付開始)

講師 山形ロイヤル病院 理学療法士

会場 山形ロイヤル病院

[住所] 〒999-3712 山形県東根市大森2丁目3-6

////////// IMSグループのセルフチェックを行います //////////

- 歩き始めや立ち上がる時に膝が痛む
- 正座がしづらい
- 膝が腫れている
- 朝起きたときに膝がこわばる
- 膝に水がたまって痛む
- 50歳以上である
- 膝の内側をおすと痛む

医療・介護・健康に関するお役立ち情報を発信

山形ロイヤル病院の

参加費
無料

医療公開講座

お申込み・お問合せは下記までご連絡ください

