

Gewrichten: signalen die u niet mag negeren

De signalen:

STIJFHEID BIJ HET OPSTAAN

Minder soepele
gewrichten vanaf
de ochtend



ONGEMAK NA INSPANNING

Hinder die aanhoudt
na een activiteit

VERMINDERDE MOBILITEIT

Bewegingen die
beperkt zijn dan
vroeger



AANHOUDENDE HINDER

Ongemak dat
na verloop van tijd
blijft aanhouden



**Signalen herkennen
is al een eerste stap**

*Aandacht hebben voor uw gewrichten
betekent uw mobiliteit behouden.*



Wat kunt u doen?

**Vraag advies aan uw arts
of apotheker.**



Tilman®