

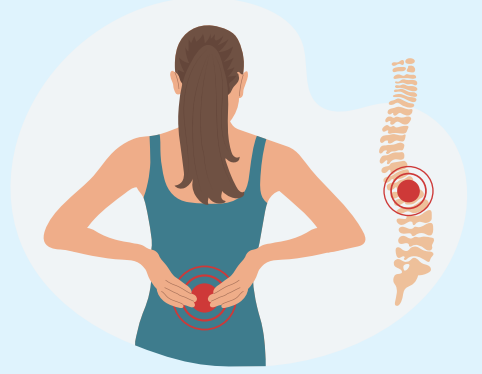
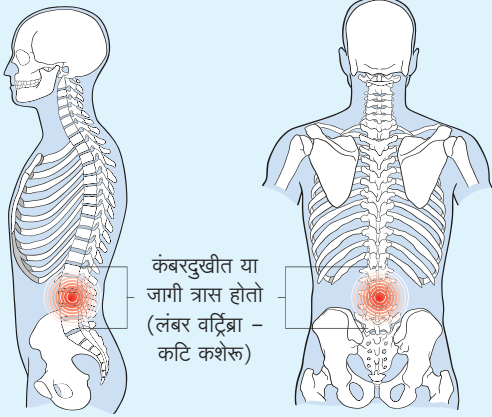
पूर्ण मार्गदर्शिका कंबर



दुखीसाठी



कंबरदुखीत कंबरेच्या भागात वेदना आणि ताठरपणा उद्धवतो, हा भाग खालच्या बरगडीच्या आणि नितंबांच्या मधला असतो.



50%-80% लोकांना आयुष्यभरात
कंबरदुखीचा त्रास एकदा तरी होतो

दर 4 पैकी 1 व्यक्ती स्लिप डिस्क सारख्या
गंभीर समस्यांनी ग्रस्त असते

कंबरदुखीचे जोखीम घटक



वय > 30 वर्षे,
पाठदुखीचा त्रास
31.6% स्त्रियांना
आणि **28%** पुरुषांना होतो



शारीरिक
निष्क्रियता आणि
दीर्घकाळ बसून
राहणे



अतिवजन /
लड्डपणा



वजनदार वस्तू
उचलावे लागणारे
काम किंवा बैठ्या
स्वरूपाचे काम



जनुके



चुकीचे
पोशचर

जर तुमची वेदना घरगुती उपायांनी आणि उपचारांनी बरी होत नसेल, तर तुम्ही वेदनेच्या डॉक्टरांना भेटायला हवे - प्रदीर्घ वेदना बरे करणारे तज्ज्ञ. वेदनेचे डॉक्टर **मिनिमली इन्व्हेसिव्ह पेन अँड स्पाइन इंटरव्हेन्शन्स (MIPSI)** ची शिफारस करू शकतात

MIPSI चे
लाभ



सक्रिय आणि
वेदनामुक्त
आयुष्य



कामावर
लवकर रुजू
होता येते



जास्त चांगले
जीवनमान

Issued in Public Interest by:



Program sponsored by
Mylan Pharmaceuticals Pvt. Ltd.
A Viatris Company

