



where your partnership with us
begin for control of diabetes

LEDTC

लखनऊ एंडोक्राइन डायबिटीज & थाइरोइड क्लिनिक

घुटने के दर्द के लिए कुछ निर्देश

1. घर पर नरम चप्पल पहनें तथा बाहर जाये तो नरम जूते या चप्पल पहने।
2. सीढ़ी पर ज़्यादा चढ़े या उतरे नही।
3. कमोड वाले लैट्रिन का प्रयोग करें।
4. लेट कर साइकिल चलाने वाली कसरत करे।
5. बैठ कर एक पैर का पंजा मोड़ना है फिर दूसरे पैर के पंजे को मोड़ना है।
6. उखड़ू ना बैठे।

अपॉइंटमेंट के लिए (मो0 : 80051 04444, 0522-4000 170) पर कॉल करें

पता : 2/1 विवेक खण्ड गोमती नगर, लखनऊ, उत्तर प्रदेश

🌐 www.ledtc.in ✉ ledtc8005104444@gmail.com 📞 [ledtc8005104444](https://www.facebook.com/ledtc8005104444) 📺 YouTube drarunpandey

Not Valid For Medicolegal Purpose. Valid For 7 Days