

Universitätskurs

Biomechanik von Boden-Asanas
und Anpassungen mit Stützen
in der Krankenpflege



Universitätskurs

Biomechanik von Boden-Asanas und Anpassungen mit Stützen in der Krankenpflege

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Wochen
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Aufwand: 16 Std./Woche
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Internetzugang: www.techtute.com/de/krankenpflege/universitatskurs/biomechanik-boden-asanas-anpassungen-stutzen-krankenpflege

Index

01

Präsentation

Seite 4

02

Ziele

Seite 8

03

Kursleitung

Seite 12

04

Struktur und Inhalt

Seite 18

05

Methodik

Seite 22

06

Qualifizierung

Seite 30

01

Präsentation

Es ist erwiesen, dass Yoga die Lebensqualität von Patienten mit Muskelschmerzen, Erkrankungen des Bewegungsapparats oder während der Schwangerschaft erheblich verbessern kann. Für eine korrekte therapeutische Anwendung ist es jedoch unerlässlich, dass das Gesundheitspersonal sowohl die Biomechanik als auch die verschiedenen Elemente dieser Disziplin beherrscht. Aus diesem Grund ist es unerlässlich, dass Fachleute, die Yoga in ihre Praxis integrieren möchten, über aktuelle und fundierte Informationen zu den Boden-Asanas, den verwendeten Unterlagen und den entsprechenden biomechanischen Studien verfügen. Um diesem Bedarf gerecht zu werden, hat TECH einen Online-Kurs entwickelt, der die aktuellsten und umfassendsten Inhalte zu diesem Thema bietet.



“

Eine Fortbildung, die Ihnen die neuesten Erkenntnisse über die Biomechanik der Boden-Asanas und der im Yoga verwendeten Stützen vermittelt”

Durch das Praktizieren von Yoga konnten viele Patienten ihre Körperhaltung korrigieren, das Verletzungsrisiko verringern und ihre Flexibilität erhöhen. Aus diesem Grund interessieren sich immer mehr Angehörige der Gesundheitsberufe für diese Behandlungsmethode und versuchen, sie in ihre traditionellen Methoden zu integrieren oder mit ihnen zu kombinieren.

Um therapeutische Behandlungen mit Yoga durchführen zu können, ist es auch notwendig, alles über die Asanas auf dem Boden, die damit verbundene Biomechanik und all die Faktoren zu wissen, die diese Technik zu einer der am häufigsten verwendeten bei der Behandlung von Erkrankungen des Bewegungsapparates und anderen Pathologien machen.

In diesem Sinne wurde ein einzigartiges Programm mit anerkannten Fachleuten entwickelt, die auf alle Techniken der Biomechanik von Boden-Asanas und Anpassungen mit Stützen in der Krankenpflege spezialisiert sind. Für Fachleute, die ihre Kenntnisse erweitern und ihre Arbeit mit Techniken ergänzen möchten, die, wie bereits durch Studien bewiesen, zu einer gesünderen Lebensweise auf körperlicher und geistiger Ebene beitragen.

Mit einer Online-Modalität, die es den Berufstätigen ermöglicht, sich leicht anzupassen und ihren täglichen Aktivitäten normal nachzugehen, und mit der Leichtigkeit, die akademischen Materialien zu nehmen, wann und wo sie wollen, dank der Tatsache, dass keine festen Zeitpläne erforderlich sind. Darüber hinaus wird das Programm nach der innovativen Methode des *Relearning* unterrichtet, bei der die grundlegenden Konzepte während des gesamten Programms wiederholt und in verschiedenen audiovisuellen Formaten präsentiert werden. Auf diese Weise werden die Studenten in die Lage versetzt, das Wissen auf effiziente, progressive und natürliche Weise zu integrieren.

Dieser **Universitätskurs in Biomechanik von Boden-Asanas und Anpassungen mit Stützen in der Krankenpflege** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt. Die wichtigsten Merkmale sind:

- ♦ Die Entwicklung von praktischen Fällen, die von Yoga-Experten vorgestellt werden
- ♦ Der anschauliche, schematische und äußerst praxisnahe Inhalt vermittelt alle für die berufliche Praxis unverzichtbaren wissenschaftlichen und praktischen Informationen
- ♦ Er enthält praktische Übungen, in denen der Selbstbewertungsprozess durchgeführt werden kann, um das Lernen zu verbessern
- ♦ Sein besonderer Schwerpunkt liegt auf innovativen Methoden
- ♦ Theoretische Vorträge, Fragen an den Experten, Diskussionsforen zu kontroversen Themen und individuelle Reflexionsarbeit
- ♦ Die Verfügbarkeit des Zugangs zu Inhalten von jedem festen oder tragbaren Gerät mit Internetanschluss



*Vertiefen Sie Ihr Wissen
in der Biomechanik von Boden-Asanas
und Anpassungen mit Stützen in der
Krankenpflege für die Yoga-Therapie“*

“

Mit TECH stehen Ihnen die modernsten audiovisuellen Materialien des aktuellen akademischen Panoramas im Bereich der Biomechanik der restaurativen Asanas zur Verfügung”

Zu den Dozenten des Programms gehören Fachleute aus der Branche, die ihre Erfahrungen in diese Fortbildung einbringen, sowie anerkannte Spezialisten von führenden Gesellschaften und renommierten Universitäten.

Die multimedialen Inhalte, die mit der neuesten Bildungstechnologie entwickelt wurden, werden der Fachkraft ein situiertes und kontextbezogenes Lernen ermöglichen, d. h. eine simulierte Umgebung, die eine immersive Fortbildung bietet, die auf die Ausführung von realen Situationen ausgerichtet ist.

Das Konzept dieses Studiengangs konzentriert sich auf problemorientiertes Lernen, bei dem die Fachkraft versuchen muss, die verschiedenen Situationen der beruflichen Praxis zu lösen, die während des Kurses gestellt werden. Zu diesem Zweck wird sie von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von renommierten Experten entwickelt wurde.

Sie haben Zugang zu einer Bibliothek voller wertvoller Materialien, die Sie herunterladen und ansehen können, wann und wo immer Sie sie benötigen.

Sie lernen Yoga als Methode zur Korrektur von Körperhaltungen, zur Verringerung des Verletzungsrisikos und zur Steigerung der Flexibilität kennen.



02 Ziele

Im Rahmen seines Engagements für die Weiterbildung von Fachkräften hat TECH ein Programm entwickelt, das Pflegekräften vertiefte Informationen über die Biomechanik des Bodens vermittelt. Auf diese Weise vertiefen sie ihr Verständnis für die Anwendung von Entspannungsasanas, indem sie die verschiedenen Arten von Unterlagen und deren Anwendung kennen lernen. Nach nur 6 Wochen Online-Fortbildung werden sie in der Lage sein, die fortschrittlichsten Werkzeuge der Biomechanik in ihrer beruflichen Praxis anzuwenden.



“

Erweitern Sie Ihr biomechanisches Wissen über Stuhl-Asanas und integrieren Sie es sofort in Ihre Praxis”



Allgemeine Ziele

- Integrieren der Kenntnisse und Fähigkeiten, die für die korrekte Gestaltung und Anwendung von Yoga-Therapie-Techniken aus klinischer Sicht erforderlich sind
- Erstellen eines Yoga-Programms, das auf wissenschaftlichen Erkenntnissen basiert
- Vertiefen in die am besten geeigneten Asanas je nach den Eigenschaften der Person und den Verletzungen, die sie aufweist
- Vertiefen in die Studien zur Biomechanik und ihrer Anwendung auf Asanas der Yoga-Therapie
- Beschreiben der Anpassung der Yoga-Asanas an die Pathologien der einzelnen Personen
- Vertiefen in die neurophysiologischen Grundlagen der bestehenden Meditations- und Entspannungstechniken



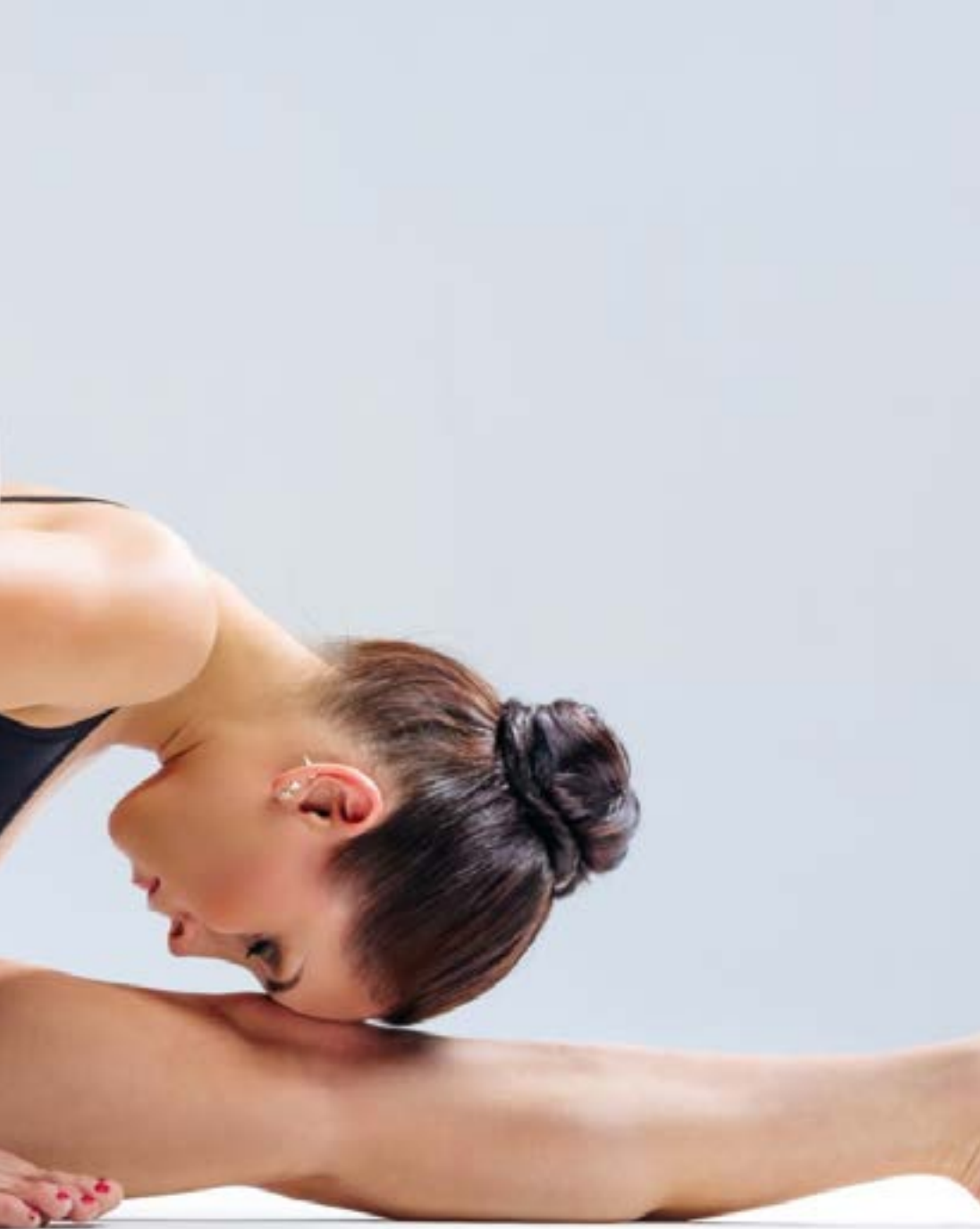
Dieser Universitätskurs ist alles, was Sie brauchen, um sich mit den biomechanischen Grundlagen der abschließenden Asanas vertraut zu machen“





Spezifische Ziele

- ◆ Identifizieren der wichtigsten Boden-Asanas, ihre Variationen und die korrekte Anwendung der Biomechanik, um ihre Vorteile zu maximieren
- ◆ Vertiefen in die biomechanischen Grundlagen der Asanas und wie man sie sicher und effektiv ausführt
- ◆ Aktualisieren der Kenntnisse über Asanas zur Wiederherstellung und Anwendung der Biomechanik zur Entspannung und Regeneration des Körpers
- ◆ Identifizieren der wichtigsten Umkehrhaltungen und lernen, wie man sie mit Hilfe der Biomechanik sicher und effektiv ausführen kann
- ◆ Eingehen auf die verschiedenen Arten von Stützen (Blöcke, Gürtel und Sattel) und deren Verwendung zur Verbesserung der Biomechanik von Boden-Asanas
- ◆ Untersuchen des Einsatzes von Stützen zur Anpassung von Asanas an unterschiedliche Bedürfnisse und körperliche Fähigkeiten
- ◆ Eingehen auf die ersten Schritte des *Restorative Yoga* und Lernen, wie man die Biomechanik zur Entspannung von Körper und Geist einsetzen kann



03

Kursleitung

Bei der Zusammenstellung des Dozententeams für diesen Universitätskurs hat TECH sowohl den akademischen Hintergrund der Kandidaten als auch ihre umfangreiche Berufserfahrung berücksichtigt. Die Studenten werden daher in der Lage sein, auf ihrem Hintergrund aufzubauen und ihre Praxis im aktuellen Kontext zu nutzen, um ihre Praxis zu aktualisieren und neue und innovative Strategien für einen erstklassigen klinischen Service zu integrieren. Und das alles in nur 150 Stunden, mit den besten didaktischen Inhalten und komplett online.





“

Schreiben Sie sich ein und halten Sie sich auf dem Laufenden durch einen Lehrplan, der von den erfahrensten Fachleuten der Yoga-Therapie entwickelt wurde”

Internationaler Gastdirektor

Als Direktorin für Yogalehrer und Leiterin der Yogalehrer-Fortbildung am Integral Yoga Institute in New York ist Dianne Galliano international eine der wichtigsten Persönlichkeiten in diesem Bereich. Ihr akademischer Schwerpunkt liegt vor allem auf therapeutischem Yoga, mit mehr als 6.000 dokumentierten Stunden Unterricht und Fortbildung.

Sie unterrichtet, entwickelt Protokolle und Ausbildungskriterien und bildet die Lehrer des Integral Yoga Institute weiter. Sie kombiniert diese Arbeit mit ihrer Rolle als Therapeutin und Ausbilderin in anderen Einrichtungen wie dem The 14TH Street Y, dem Integral Yoga Institute Wellness Spa und der Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Ihre Arbeit erstreckt sich auch auf die Erstellung und Leitung von Yogaprogrammen, die Entwicklung von Übungen und die Beurteilung von Herausforderungen, die sich ergeben können. Im Laufe ihrer Karriere hat sie mit vielen verschiedenen Personengruppen gearbeitet, darunter Männer und Frauen älteren und mittleren Alters, Menschen vor und nach der Geburt, junge Erwachsene und sogar Kriegsveteranen mit einer Reihe von körperlichen und geistigen Gesundheitsproblemen.

Sie hat bereits Menschen mit Osteoporose, nach einer Herzoperation oder nach Brustkrebs, mit Schwindel, Rückenschmerzen, Reizdarmsyndrom und Übergewicht behandelt. Sie hat mehrere Zertifizierungen, darunter E-RYT 500 von Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) von American Health Training und Zertifizierte Übungsleiterin vom Zentrum für Somatische Bewegung.



Fr. Galliano, Dianne

- Ausbilderin für therapeutisches Yoga im The 14TH Street Y
- Yogatherapeutin im Integral Yoga Institute Wellness Spa in New York City
- Therapeutische Ausbilderin bei Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Hochschulabschluss in Grundschulpädagogik von der State University of New York
- Masterstudiengang in Therapeutisches Yoga an der Universität von Maryland

“

*Dank TECH werden Sie
mit den besten Fachleuten
der Welt lernen können”*

Leitung



Fr. Escalona García, Zoraida

- Vizepäsidentin des spanischen Verbands für Yoga-Therapie
- Begründerin der Air Core Methode (Kurse, die TRX und Funktionelles Training mit Yoga kombinieren)
- Ausbilderin für Yoga-Therapie
- Hochschulabschluss in Biologischen Wissenschaften an der Autonomen Universität von Madrid
- Kurs in Lehrer für: Ashtanga Progressive Yoga, FisiomYoga, Myofascial Yoga und Yoga und Krebs
- Kurs in Boden-Pilates-Lehrer
- Kurs in Phytotherapie und Ernährung
- Kurs für Meditationslehrer



Professoren

Fr. Villalba, Vanessa

- ◆ Instruktoren beim Fitnessstudio Villalba
- ◆ Instruktoren für Vinyasa Yoga und Power Yoga am Europäischen Yoga-Institut, Sevilla
- ◆ Instruktoren für Aerial-Yoga, Sevilla
- ◆ Instruktoren für Integraler Yoga am Europäischen Yoga-Institut, Sevilla
- ◆ Body Intelligence TM Yoga Level am Europäischen Yoga-Institut, Huelva
- ◆ Instruktoren für Schwangere und postpartale Phase Yoga am Europäischen Yoga-Institut, Sevilla
- ◆ Instruktoren für Yoga Nidra, Yoga-Therapie und Shamanic Yoga
- ◆ Instruktoren für Grundlegende Pilates des Spanischen Verbands für gezielte Aktivitäten und Fitness FEDA
- ◆ Instruktoren für Boden-Pilates mit Hilfsmitteln
- ◆ Fortgeschrittene Technikerin für Fitness und Personal Training der FEDA
- ◆ Instruktoren für Spinning Start I des Spanischen Verbands für Spinning
- ◆ Instruktoren für Power Dumbbell der Aerobic and Fitness Association
- ◆ Chiropraktikerin für Chiromassage an der Höheren Schule für Chiromassage und Therapien
- ◆ Ausbildung in Lymphdrainage bei PRAXIS, Sevilla

04

Struktur und Inhalt

Der Lehrplan für dieses Programm wurde von renommierten Experten der Yoga-Therapie entwickelt. Das Pflegepersonal erfährt mehr über die wichtigsten Boden-Asanas und ihre Vorteile sowie über die Variationen, die für diese Technik zur Verfügung stehen. Außerdem werden die verschiedenen Körperhaltungen ausführlich beschrieben. Es gibt auch Abschnitte über die Verwendung von Blöcken, Gürteln und Stühlen als verschiedene Asana-Unterstützungen. So lernen die Studenten, wie sie die Techniken an die unterschiedlichen Bedürfnisse und Fähigkeiten der Patienten anpassen und modifizieren können.



“

Wir verfügen nicht nur über einen renommierten Lehrkörper, sondern auch über die modernsten Inhalte und die effektivste Methode, das Relearning von TECH”

Modul 1. Aufschlüsseln der wichtigsten Boden-Asanas und Anpassungen mit Stützen

- 1.1. Asanas am Boden
- 1.2. Liegestütze in der Bauchlage
- 1.3. Seitliche Drehungen und Kippungen
- 1.4. Abschließende Asanas
- 1.5. Umgekehrt
- 1.6. Blöcke
- 1.7. Gürtel
- 1.8. Asanas auf dem Stuhl
- 1.9. Yoga auf dem Stuhl
- 1.10. Erholsame Asanas





“

Ein Online-Programm, das Sie mit den neuesten Erkenntnissen der Biomechanik von Boden-Asanas vertraut macht”

05 Methodik

Dieses Fortbildungsprogramm bietet eine andere Art des Lernens. Unsere Methodik wird durch eine zyklische Lernmethode entwickelt: **das Relearning**.

Dieses Lehrsystem wird z. B. an den renommiertesten medizinischen Fakultäten der Welt angewandt und wird von wichtigen Publikationen wie dem **New England Journal of Medicine** als eines der effektivsten angesehen.





Entdecken Sie Relearning, ein System, das das herkömmliche lineare Lernen hinter sich lässt und Sie durch zyklische Lehrsysteme führt: eine Art des Lernens, die sich als äußerst effektiv erwiesen hat, insbesondere in Fächern, die Auswendiglernen erfordern"

An der TECH Nursing School wenden wir die Fallmethode an

Was sollte eine Fachkraft in einer bestimmten Situation tun? Während des gesamten Programms werden die Studenten mit mehreren simulierten klinischen Fällen konfrontiert, die auf realen Patienten basieren und in denen sie Untersuchungen durchführen, Hypothesen aufstellen und schließlich die Situation lösen müssen. Es gibt zahlreiche wissenschaftliche Belege für die Wirksamkeit der Methode. Die Pflegekräfte lernen mit der Zeit besser, schneller und nachhaltiger.

Mit TECH erleben die Krankenpflegekräfte eine Art des Lernens, die an den Grundlagen der traditionellen Universitäten auf der ganzen Welt rüttelt.



Nach Dr. Gérvas ist der klinische Fall die kommentierte Darstellung eines Patienten oder einer Gruppe von Patienten, die zu einem "Fall" wird, einem Beispiel oder Modell, das eine besondere klinische Komponente veranschaulicht, sei es wegen seiner Lehrkraft oder wegen seiner Einzigartigkeit oder Seltenheit. Es ist wichtig, dass der Fall auf dem aktuellen Berufsleben basiert und versucht, die tatsächlichen Bedingungen in der beruflichen Pflegepraxis nachzustellen.

“

Wussten Sie, dass diese Methode im Jahr 1912 in Harvard, für Jurastudenten entwickelt wurde? Die Fallmethode bestand darin, ihnen reale komplexe Situationen zu präsentieren, in denen sie Entscheidungen treffen und begründen mussten, wie sie diese lösen könnten. Sie wurde 1924 als Standardlehrmethode in Harvard etabliert“

Die Wirksamkeit der Methode wird durch vier Schlüsselergebnisse belegt:

1. Pflegekräfte, die diese Methode anwenden, nehmen nicht nur Konzepte auf, sondern entwickeln auch ihre geistigen Fähigkeiten durch Übungen zur Bewertung realer Situationen und zur Anwendung ihres Wissens.
2. Das Lernen ist fest in praktische Fertigkeiten eingebettet die es den Pflegekräften ermöglichen, ihr Wissen im Krankenhaus oder in der Primärversorgung besser zu integrieren.
3. Eine einfachere und effizientere Aufnahme von Ideen und Konzepten wird durch die Verwendung von Situationen erreicht, die aus der Realität entstanden sind.
4. Das Gefühl der Effizienz der investierten Anstrengung wird zu einem sehr wichtigen Anreiz für die Studenten, was sich in einem größeren Interesse am Lernen und einer Steigerung der Zeit, die für die Arbeit am Kurs aufgewendet wird, niederschlägt.



Relearning Methodology

TECH kombiniert die Methodik der Fallstudien effektiv mit einem 100%igen Online-Lernsystem, das auf Wiederholung basiert und in jeder Lektion 8 verschiedene didaktische Elemente kombiniert.

Wir ergänzen die Fallstudie mit der besten 100%igen Online-Lehrmethode: Relearning.

Die Pflegekraft lernt anhand realer Fälle und der Lösung komplexer Situationen in simulierten Lernumgebungen. Diese Simulationen werden mit modernster Software entwickelt, die ein immersives Lernen ermöglicht.



Die Relearning-Methode, die an der Spitze der weltweiten Pädagogik steht, hat es geschafft, die Gesamtzufriedenheit der Fachleute, die ihr Studium abgeschlossen haben, im Hinblick auf die Qualitätsindikatoren der besten spanischsprachigen Online-Universität (Columbia University) zu verbessern.

Mit dieser Methode wurden mehr als 175.000 Krankenpflegekräfte mit beispiellosem Erfolg in allen Fachbereichen fortgebildet, unabhängig von der praktischen Belastung. Unsere Lehrmethodik wurde in einem sehr anspruchsvollen Umfeld entwickelt, mit einer Studentenschaft, die ein hohes sozioökonomisches Profil und ein Durchschnittsalter von 43,5 Jahren aufweist.

Das Relearning ermöglicht es Ihnen, mit weniger Aufwand und mehr Leistung zu lernen, sich mehr auf Ihre Spezialisierung einzulassen, einen kritischen Geist zu entwickeln, Argumente zu verteidigen und Meinungen zu kontrastieren: eine direkte Gleichung zum Erfolg.

In unserem Programm ist das Lernen kein linearer Prozess, sondern erfolgt in einer Spirale (lernen, verlernen, vergessen und neu lernen). Daher wird jedes dieser Elemente konzentrisch kombiniert.

Die Gesamtnote des TECH-Lernsystems beträgt 8,01 und entspricht den höchsten internationalen Standards.



Dieses Programm bietet die besten Lehrmaterialien, die sorgfältig für Fachleute aufbereitet sind:



Studienmaterial

Alle didaktischen Inhalte werden von den Fachleuten, die das Hochschulprogramm unterrichten werden, speziell für dieses Programm erstellt, so dass die didaktische Entwicklung wirklich spezifisch und konkret ist.

Diese Inhalte werden dann auf das audiovisuelle Format angewendet, um die Online-Arbeitsmethode von TECH zu schaffen. All dies mit den neuesten Techniken, die in jedem einzelnen der Materialien, die dem Studenten zur Verfügung gestellt werden, qualitativ hochwertige Elemente bieten.



Pflegetechniken und -verfahren auf Video

TECH bringt dem Studenten die neuesten Techniken, die neuesten pädagogischen Fortschritte und die aktuellsten Pflegetechniken näher. All dies in der ersten Person, mit äußerster Präzision, erklärt und detailliert, um zur Assimilation und zum Verständnis des Studenten beizutragen. Und das Beste ist, dass Sie sie so oft anschauen können, wie Sie wollen.



Interaktive Zusammenfassungen

Das TECH-Team präsentiert die Inhalte auf attraktive und dynamische Weise in multimedialen Pillen, die Audios, Videos, Bilder, Diagramme und konzeptionelle Karten enthalten, um das Wissen zu vertiefen.

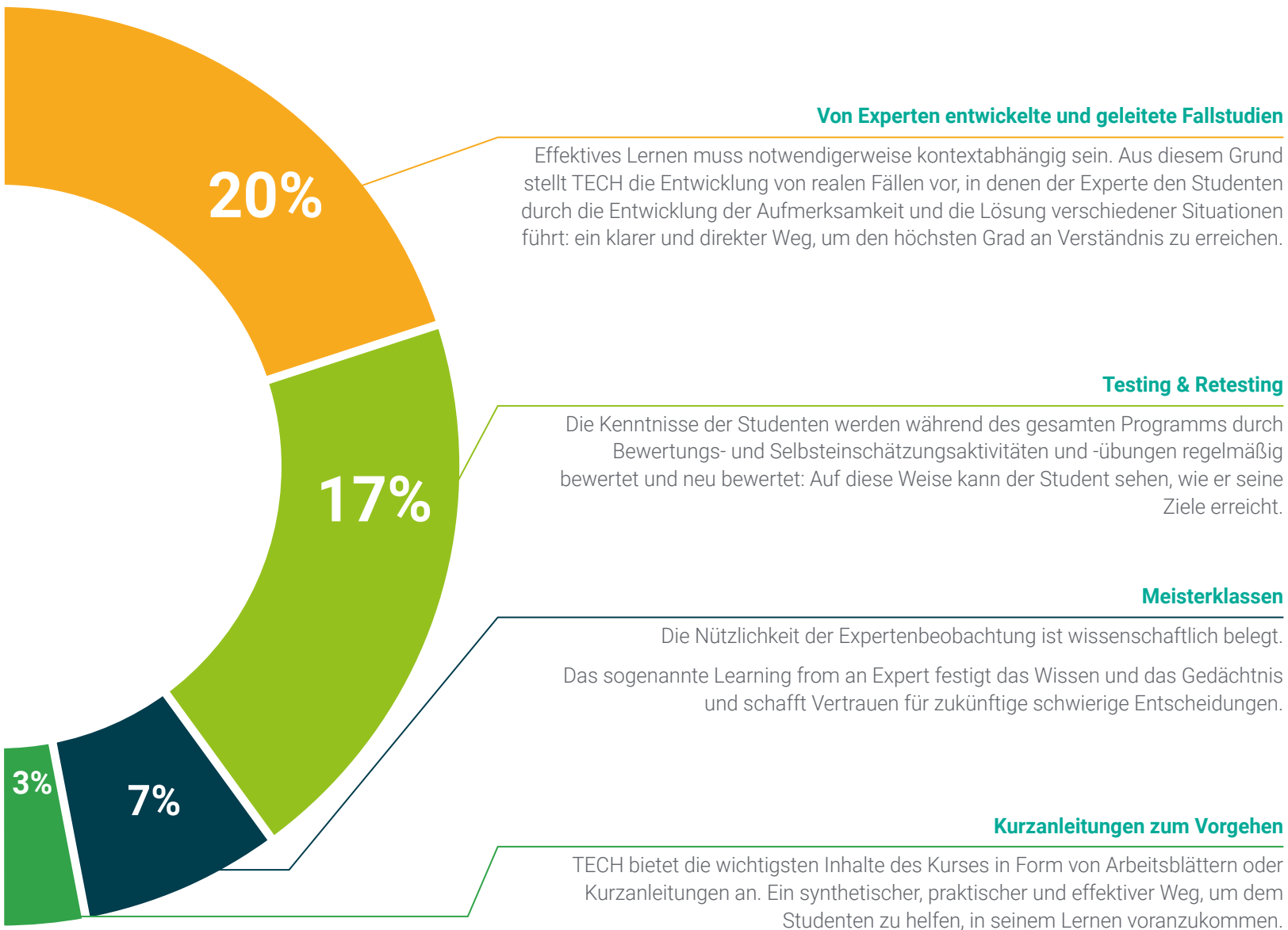
Dieses einzigartige Bildungssystem für die Präsentation multimedialer Inhalte wurde von Microsoft als "Europäische Erfolgsgeschichte" ausgezeichnet.



Weitere Lektüren

Aktuelle Artikel, Konsensdokumente und internationale Leitfäden, u. a. In der virtuellen Bibliothek von TECH hat der Student Zugang zu allem, was er für seine Fortbildung benötigt.





06

Qualifizierung

Der Universitätskurs in Biomechanik von Boden-Asanas und Anpassungen mit Stützen in der Krankenpflege garantiert neben der präzisesten und aktuellsten Fortbildung auch den Zugang zu einem von der TECH Technologischen Universität ausgestellten Diplom.





“

*Schließen Sie dieses Programm erfolgreich ab
und erhalten Sie Ihren Universitätsabschluss
ohne lästige Reisen oder Formalitäten”*

Dieser **Universitätskurs in Biomechanik von Boden-Asanas und Anpassungen mit Stützen in der Krankenpflege** enthält das vollständigste und aktuellste Programm auf dem Markt.

Sobald der Student die Prüfungen bestanden hat, erhält er/sie per Post* mit Empfangsbestätigung das entsprechende Diplom, ausgestellt von der **TECH Technologische Universität**.

Das von **TECH Technologische Universität** ausgestellte Diplom drückt die erworbene Qualifikation aus und entspricht den Anforderungen, die in der Regel von Stellenbörsen, Auswahlprüfungen und Berufsbildungsausschüssen verlangt werden.

Titel: **Universitätskurs in Biomechanik von Boden-Asanas und Anpassungen mit Stützen in der Krankenpflege**

Anzahl der offiziellen Arbeitsstunden: **150 Std.**



*Haager Apostille. Für den Fall, dass der Student die Haager Apostille für sein Papierdiplom beantragt, wird TECH EDUCATION die notwendigen Vorkehrungen treffen, um diese gegen eine zusätzliche Gebühr zu beschaffen.

zukunft

gesundheit vertrauen menschen
erziehung information tutoren
garantie akkreditierung unterricht
institutionen technologie lernen

tech technologische
universität

Universitätskurs

Biomechanik von Boden-Asanas
und Anpassungen mit Stützen
in der Krankenpflege

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Wochen
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Aufwand: 16 Std./Woche
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Universitätskurs

Biomechanik von Boden-Asanas
und Anpassungen mit Stützen
in der Krankenpflege

