

altenpflege.de Edition

Kratki udžbenici za obrazovanje u njezi - Fokus na skrb za starije.

Theo Ahrens

Osnove gerijatrijske njege

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Bibliografski podaci

Theo Ahrens – Kratka biografija

Theo Ahrens, rođen 1979. u blizini Münchena, učitelj je za zanimanja u njezi i angažirani pedagog za njegu. Nakon dobrovoljne socijalne godine u bolnici, završio je školovanje za medicinskog tehničara i stekao vrijedno radno iskustvo na odjelu intenzivne njege. Potaknut željom da prenese znanje, studirao je pedagogiju za njegu i 2009. godine započeo raditi kao učitelj u stručnoj školi u Münchenu. Theo je poznat po svom praktičnom i empatičnom podučavanju, kojim priprema buduće njegovatelje za njihov zahtjevan posao. Privatno živi sa suprugom i dvoje djece u Berlinu i volonterski se zalaže za bolje uvjete u obrazovanju njegovatelja.

Ovaj kratki udžbenik formuliran je na temelju planova nastave uz korištenje umjetne inteligencije. Prijevod je izvršen automatski.

Izdano od [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de)

Cijena DE/AT: 3,90 € CH: 5 Fr

Copyright 2024 [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de)

Primjedbe i prijedloge poboljšanja molimo poslati na team@altenpflege.de.

1/1-2412181521

Sadržaj

1	Uvod	4
1.1	Cilj i svrha obrazovanja za negu starih osoba	4
1.2	Značaj gerijatrijske njege u društvu	5
1.3	Profesionalna etika i smjernice u skrbi za starije osobe	5
2	Definicija i osnove skrbi za starije	7
2.1	Što je nega starijih osoba? – Definicija i područje djelovanja	7
2.2	Oblici skrbi za starije osobe	7
2.3	Razgraničenje u odnosu na druge oblasti njege	8
2.4	Ciljevi gerijatrijske njege	9
3	Teorije skrbi i znanost o njezi	10
3.1	Značenje znanosti o njezi za negu starih osoba	10
3.2	Pregled važnih teorija njege	10
3.3	Primjeri primjene teorija njege u praksi skrbi za starije osobe	11
4	Proces njege u skrbi za starije osobe	13
4.1	Što je proces njege?	13
4.2	6 koraka u procesu njege	13
4.3	Izrada individualnog plana njege	14
4.4	Dokumentacija i izvješćivanje u gerijatrijskoj njezi	15
5	Osnovne potrebe starijih osoba	16
5.1	Fizičke osnovne potrebe u starijoj dobi	16
5.2	Psihosocijalne osnovne potrebe starijih osoba	16
5.3	Duhovne i kulturne potrebe u starosti	17
5.4	Očuvanje ljudskog dostojanstva u skrbi za starije osobe	17
6	Njegovateljske mjere i podrška u svakodnevici	19
6.1	Njega tijela kod starijih osoba	19
6.2	Podrška pri unosu hrane	19
6.3	Mobilizacija i pozicioniranje	20
6.4	Podrška pri eliminaciji	20
6.5	Postupanje s bolovima i tegobama	21
6.6	Primjena lijekova i upravljanje lijekovima	22
7	Profilakse u njezi starijih osoba	23
7.1	Važne profilakse	23
7.2	Mjere za sprječavanje dekubitusa	23
7.3	Mjere za sprječavanje padova	24
7.4	Postupanje s čimbenicima rizika kod starijih osoba	24
8	Higijena i prevencija infekcija u skrbi za starije osobe	26
8.1	Osnove higijene u skrbi za starije osobe	26
8.2	Osobna higijena negovatelja	26
8.3	Čišćenje, dezinfekcija i sterilizacija zdravstvenih pomagala	27
8.4	Mjere za sprječavanje infekcija	28
9	Komunikacija i interakcija u njezi starijih osoba	30
9.1	Značenje komunikacije u skrbi za starije osobe	30
9.2	Osnove vođenja razgovora s korisnicima skrbi i njihovim obiteljima	30
9.3	Postupanje s izazovnim ponašanjem	31
9.4	Komunikacija s osobama s ograničenom percepcijom	32
10	Promatranje i procjena potreba za negom	33
10.1	Anamneza njege – Kako prikupiti informacije?	33
10.2	Promatranje i interpretacija vitalnih znakova	34
10.3	Prepoznavanje promjena u fizičkom i psihičkom stanju starijih osoba	35
10.4	Procjena kompetencija za samopomoć	35
11	Njega osoba s posebnim potrebama	37
11.1	Njega osoba s demencijom	37
11.2	Njega osoba s kroničnim bolestima	38
11.3	Njega osoba s tjelesnim i intelektualnim invaliditetom u starijoj dobi	39
11.4	Postupanje s osobama s depresijom, anksioznošću i drugim psihičkim poremećajima	40
11.5	Palijativna skrb i patnja na kraju života	41
12	Pravna i etička pitanja u njezi starijih osoba	43
12.1	Profesionalna etika i smjernice skrbi za starije osobe	43
12.2	Prava osoba kojima je potrebna nega	43
12.3	Prava i dužnosti negovatelja	44
12.4	Zaštita podataka i dokumentacija prema GDPR	45
12.5	Postupanje s etičkim dilemama	46
13	Samopomoć i upravljanje zdravljem za negovatelje	48
13.1	Stres i opterećenja u negovateljskom poslu	48
13.2	Strategije za samonjegu (ravnoteža između posla i života, pravila za pauze)	48
13.3	Promicanje zdravlja u negovateljskom poslu (ergonomija, izbjegavanje preopterećenja)	49
13.4	Prevenција izgaranja i poticanje otpornosti za negovatelje	50
14	Praktične vježbe, studije slučaja i refleksija	52
14.1	Izrada individualnog plana njege – Vježba s primjerom	52
14.2	Studijski slučaj: Njega osobe s demencijom – Planiranje mjera i provođenje	53
14.3	Refleksijske vježbe: Suočavanje s etičkim dilemama u njezi starijih osoba	54
14.4	Vježba: Promatranje i dokumentacija promjena kod osoba koje trebaju negu	55
14.5	Provedba i refleksija higijenskih mjera	56
15	Stručna znanja o pomagalima i pomaganjima u njezi	58
15.1	Pregled pomagala za negu	58
15.2	Korištenje i rukovanje pomoćnim sredstvima za negu u svakodnevici	59
15.3	Tehnički sustavi asistencije	59
15.4	Rukovanje pomagalima za prevenciju dekubitusa i padova	60
16	Digitalna transformacija u gerijatrijskoj njezi	62
16.1	Digitalizacija u skrbi – mogućnosti i izazovi	62
16.2	Elektronička nega dokumentacija	62
16.3	Digitalni alati za negu	63
16.4	Zaštita podataka u digitalnom okruženju njege	64

1 Uvod

Ova knjiga nudi prvi pregled zadataka i izazova u skrbi za starije osobe. Namijenjena je ljudima koji razmišljaju o radu u ovom području ili su tek započeli svoje obrazovanje ili rad. Cilj je pružiti osnovno razumijevanje profesionalnog profila.

Skrb za starije osobe je raznolika i zahtijeva kombinaciju stručnog znanja, praktičnih vještina i osobne predanosti. Osnovno znanje o zdravstvenim stanjima, procesima njege i komunikaciji je neophodno. Istodobno, potrebno je biti svjestan emocionalnih i fizičkih izazova koje donosi ovaj posao.

Ova knjiga služi kao uvod i nadopunjava se daljnjim udžbenicima koji detaljnije obrađuju pojedina područja. Stoga je preporučljivo, nakon čitanja, nastaviti s daljnjim informiranjem kako bi se steklo sveobuhvatnije razumijevanje i adekvatno pripremiti za specifične situacije. Svjestan i dobro informiran početak može značajno pridonijeti zadovoljstvu i učinkovitosti u ovoj smislenoj aktivnosti.

1.1 Cilj i svrha obrazovanja za njegu starih osoba

Obrazovanje za njegu starijih osoba prenosi potrebne kompetencije kako bi se odgovorilo na raznolike zahtjeve ovog područja rada. U središtu je prijenos stručnog znanja, razvoj praktičnih vještina i poticanje socijalnih kompetencija. Cilj je obučiti njegovatelje koji mogu djelovati brižno, empatično i profesionalno.

Stručno znanje obuhvaća medicinske osnove, znanja o starosnim bolestima i provedbu mjera njege. Praktične vještine razvijaju se kroz rukovanje medicinskim uređajima, tehnike higijene i provođenje procesa njege. Socijalne kompetencije su ključne za učinkovitu komunikaciju sa štićenicima i njihovim rodbinom.

Još jedna svrha obrazovanja je poticanje kritičkog razmišljanja i priprema za neočekivane situacije. Njegovatelji moraju biti sposobni prepoznati individualne potrebe štićenika i prilagoditi odgovarajući plan njege. Uz to dolaze pravna i etička znanja koja su od središnje važnosti za obavljanje posla.

U obrazovanju se također pridaje važnost otpornosti njegovatelja. Suočavanje sa stresom, sposobnost za samonjegu i zaštita od izgaranja neophodni su kako bi se dugoročno radilo u njezi starijih osoba. Cilj ovog obrazovanja je stvoriti svijest o vlastitom zdravlju i razviti strategije za suočavanje sa stresom.

Obrazovanje za njegu starijih osoba nudi temelj za osiguravanje kvalitetne skrbi starijih osoba i profesionalno suočavanje s izazovima demografskih promjena. Kroz temeljito obrazovanje njegovatelji su osposobljeni da ne samo provode njegu, već i preventivne i rehabilitacijske mjere kako bi poboljšali kvalitetu života starijih osoba.

1.2 Značaj gerijatrijske njege u društvu

Altenpflege je bitan dio društvene strukture, osobito s obzirom na demografske promjene koje karakterizira sve veće starenje stanovništva. Produljenje prosječnog životnog vijeka dovodi do povećane potražnje za uslugama njege. Altenpflege osigurava ne samo fizičko blagostanje starijih osoba, već čuva i potiče njihovu kvalitetu života.

Obiteljske strukture se mijenjaju, a tradicionalna njega unutar obitelji postaje sve izazovnija. Zanimanja u Altenpflege zatvaraju ovaj jaz i nude profesionalnu skrb kada obiteljska podrška nije dovoljna. Njegovatelji omogućuju starijim osobama dulji boravak u poznatom okruženju. To pozitivno utječe na njihovo psihičko i fizičko zdravlje.

Altenpflege podržava društvenu inkluziju smanjujući socijalnu izolaciju. Njegovatelji često djeluju kao važne socijalne osobe od povjerenja koje pružaju redoviti kontakt i komunikaciju. To također potiče socijalno sudjelovanje osoba koje trebaju njegu i pomaže suzbijanju usamljenosti.

Altenpflege također doprinosi gospodarskoj stabilnosti stvarajući brojna radna mjesta i time doprinoseći bruto domaćem proizvodu. Sektor nudi razne mogućnosti profesionalnog razvoja, od osnovne njege do specijaliziranih stručnih uloga.

U društvenoj raspravi, Altenpflege igra važnu ulogu u promicanju zdravlja i dobrobiti starijih osoba. Ona je ključna za održavanje samostalnosti i autonomije starijih osoba. Istodobno, ona je simbol humanitarnog i solidarnog postupanja prema starijoj generaciji, što odražava temeljne vrijednosti društva.

Ukratko, Altenpflege je neizostavan stup u modernom društvu koji obuhvaća i socijalne i ekonomske aspekte, te se odlikuje sve većom važnošću u kontekstu promjenjivog demografskog profila.

1.3 Profesionalna etika i smjernice u skrbi za starije osobe

Profesionalna etika u gerijatrijskoj njezi temelji se na osnovnim vrijednostima ljudskog dostojanstva, autonomije i brige. Poštivanje ljudskog dostojanstva je suštinsko. Njegovatelji tretiraju svaku osobu s poštovanjem i dostojanstvom, bez obzira na njezino zdravstveno stanje ili životnu situaciju. Promicanje autonomije osoba koje trebaju njegu znači očuvanje i poštivanje njihove slobode donošenja odluka. Samoodređenje je pravo koje mora biti očuvano i u starijoj dobi.

Briga zahtijeva empatiju i angažman. Njegovatelji su pozvani da se s brigom posvete tjelesnim, socijalnim i emocionalnim potrebama. To uključuje poštivan pristup osjećajima i brigama osoba koje trebaju njegu. Istovremeno se održava profesionalna distanca kako bi se sačuvala potrebna objektivnost.

Svijest o odgovornosti je još jedan temelj profesionalne etike. Njegovatelji su odgovorni za svoje postupke i zbog njih se odgovaraju. To uključuje stalnu edukaciju kako bi se u praksu implementirali aktualni standardi njege i znanstvena saznanja.

Profesionalni principi u gerijatrijskoj njezi obuhvaćaju obavezu prema profesionalizmu, interdisciplinarnosti i timskom radu. Profesionalizam se očituje u pažljivom provođenju njege i pridržavanju etičkih standarda. Suradnja s kolegama i članovima drugih profesija ključna je za osiguravanje sveobuhvatne skrbi.

Njegovatelji bi trebali biti uzori. To uključuje promicanje pozitivne radne atmosfere i konstruktivno rješavanje sukoba. Ethical Leadership, odnosno etičko vodstvo, inspirira druge i doprinosi pozitivnom razvoju prakse njege.

Značajan aspekt profesionalne etike je rukovanje osjetljivim informacijama. Zaštita podataka strogo se poštuje kako bi se zaštitila privatnost osoba koje trebaju negu. Informacije se dijele samo u okviru nužnosti njege. Poštivanjem ovih etičkih smjernica omogućava se izgradnja odnosa temeljenog na povjerenju.

Profesionalna etika odražava moralne principe koji čine temelje gerijatrijske njege. Ona stvara okvir za profesionalnu i respektabilnu interakciju s osobama koje trebaju negu i čini temelj za društveno priznavanje i poštovanje profesije njege.

2 Definicija i osnove skrbi za starije.

2.1 Što je njega starijih osoba? – Definicija i područje djelovanja

Altenpflege obuhvaća skrb i podršku starijim osobama kako bi se očuvala i poboljšala kvaliteta njihovog života. Usmjerava se na fizičke, psihičke i socijalne potrebe. Njegovatelji starijih osoba odgovorni su za provođenje mjera njega, pomoć pri osobnoj higijeni, mobilnosti i prehrani te davanje lijekova. Skrb se osim fizičke njega proteže i na socijalnu interakciju, pri čemu se uzimaju u obzir individualne životne priče i navike korisnika njega.

Važan dio skrbi za starije osobe je komunikacija. Ona obuhvaća empatiju i aktivno slušanje kako bi pouzdani odnosi pridonijeli povjerenju i sigurnosti. Njega starijih osoba također uključuje prepoznavanje i korištenje resursa. Potiče samostalnost i samoodređenje starijih osoba jačanjem postojećih sposobnosti i pružanjem podrške bez podrivanja njihove osobne odgovornosti.

Osim toga, prevencija zdravstvenih rizika je također područje skrbi za starije osobe. Profilaktičke mjere poput prevencije padova i dekubitusa spadaju u središnje zadatke. U složenim situacijama njega održava se blizak kontakt s liječnicima i terapeutima kako bi se osigurala cjelovita skrb.

Skrb za starije osobe je interdisciplinarna. Zahtijeva suradnju s različitim profesionalnim skupinama i institucijama. To uključuje rodbinu, liječnike, terapeute i po potrebi pravne skrbnike. Koordinacija ove suradnje osigurava stalnu njegu za korisnika njega.

Drugi aspekt skrbi za starije osobe je dokumentacija i evaluacija procesa njega. Precizni zapisi svih aktivnosti, opažanja i promjena osiguravaju kontinuirano prilagođavanje plana njega potrebama korisnika njega i doprinose kvaliteti njega. Skrb za starije osobe je odgovoran zadatak koji zahtijeva i stručnu kompetenciju kao i ljudsku toplinu i empatiju.

2.2 Oblici skrbi za starije osobe

Njega starijih osoba organizira se u različitim oblicima kako bi se zadovoljile individualne potrebe osoba koje trebaju njegu. Osnovni oblici uključuju ambulantnu njegu, stacionarnu njegu i polustacionarnu njegu.

Ambulantna njega odvija se u kućnom okruženju osobe kojoj je potrebna njega. Njegovatelji posjećuju osobu kod kuće i tamo pružaju potrebne usluge njega. Ovaj oblik njega potiče samostalnost jer se zadržava poznato okruženje. Tipične aktivnosti uključuju podršku pri osobnoj higijeni, savjetovanje o prehrani i osiguravanje redovitog uzimanja lijekova.

Stacionarna njega odvija se u ustanovama za njegu gdje su smještene starije osobe. To je često potrebno kada je potreba za njegom vrlo visoka i kada je potrebna sveobuhvatna njega 24 sata na dan. U tim ustanovama nudi se široki spektar usluga njege koje uključuju kako medicinsku skrb tako i društvene aktivnosti. Cilj je osigurati maksimalnu dobrobit kao i sigurnost i osjećaj zaštićenosti.

Polustacionarna njega nudi kombinaciju drugih dvaju oblika. Osobito je primjerena za starije osobe koje tijekom dana trebaju intenzivnu njegu i podršku, ali žele ostati u svom kućnom okruženju tijekom večernih i noćnih sati. Česte ponude uključuju dnevne boravke koji potiču društvenu interakciju i pružaju podršku u osnovnoj njezi.

Svaki oblik njege starijih osoba ima specifične prednosti i izazove te se može prilagoditi potrebama starije osobe. Odabir odgovarajućeg oblika njege ovisi o različitim faktorima, uključujući stupanj potrebe za njegom, želje osobe kojoj je potrebna njega i dostupne resurse.

2.3 Razgraničenje u odnosu na druge oblasti njege

Altenpflege se razlikuje od drugih područja njege poput zdravstvene njege i njege djece u nekoliko ključnih aspekata. Dok je u zdravstvenoj njezi medicinski aspekt u prvom planu, kako bi se liječila akutna stanja i postoperativni uvjeti, njega starijih osoba više se koncentrira na dugoročnu podršku, unapređenje kvalitete života i cjelovitu skrb starijih osoba. Potrebe ove klijentele često uključuju kontinuiranu pomoć kod kroničnih bolesti i tegoba vezanih uz dob, koje se nadopunjuju preventivnim mjerama i socijalnom interakcijom.

Njega djece fokusira se na razvoj i unapređenje djece od dojenačke dobi do adolescencije. Cilj je omogućiti zdravo odrastanje i spriječiti razvojna kašnjenja. Ovdje pedagoški aspekti i podrška dječjem razvoju igraju ključnu ulogu. Za razliku od toga, njega starijih osoba često preuzima zadatke koji se fokusiraju na očuvanje postojećih sposobnosti i pratnju u starosti, pri čemu je poticanje samostalnosti najviši cilj.

Još jedna značajka njege starijih osoba u usporedbi s drugim područjima njege je postojanje raznovrsnijeg socijalnog i psihološkog spektra, koji se proteže od iskustava gubitka i žalosti do tema konačnosti. Te teme zahtijevaju posebnu osjetljivost i stručnost u postupanju s emocionalnim potrebama starijih osoba.

Interdisciplinarna suradnja u njezi starijih osoba ima veću važnost u usporedbi s zdravstvenom i njegom djece, zbog česte, kombinirane prisutnosti više kroničnih bolesti i socijalnih stresnih faktora kod starijih osoba kojima je potrebna njega. To zahtijeva blisku koordinaciju između različitih stručnih disciplina kako bi se osigurala sveobuhvatna skrb.

2.4 Ciljevi gerijatrijske njege

U skrbi za starije osobe naglasak je na poticanju samoodređenja, autonomije i kvalitete života starijih osoba. Glavni cilj je očuvati i poboljšati kvalitetu života kroz individualnu negu i podršku. Potrebe starijih osoba su raznolike i zahtijevaju fleksibilan pristup.

Središnji cilj skrbi za starije osobe je očuvanje i poticanje samoodređenja osoba koje trebaju negu. To znači omogućiti starijim osobama što više kontrole nad njihovim životom i svakodnevnim odlukama. Njegovatelji pružaju podršku kroz ciljanje mjere i motiviraju osobe koje trebaju negu da očuvaju ili ponovno steknu svoju samostalnost.

Autonomija u skrbi za starije osobe znači dati starijim osobama, unatoč fizičkim ili mentalnim ograničenjima, mogućnost izražavanja i provedbe njihovih individualnih želja i životnih navika. Stručnjaci za negu moraju osigurati da se te odluke poštuju i provode gdje god je moguće.

Nadalje, skrb za starije osobe teži poticanju fizičkog, psihičkog i socijalnog zdravlja te očuvanju ili unaprijeđenju postojećih sposobnosti. To uključuje i integraciju u društvene mreže i poticanje socijalne razmjene kako bi se spriječila usamljenost i izolacija.

Još jedan cilj skrbi za starije osobe je izbjegavanje bolničkih boravaka i podrška osobama koje trebaju negu da ostanu što dulje u svom uobičajenom okruženju. Preventivne mjere za smanjenje rizika, poput sprječavanja padova i promocije zdravlja, također su dio ciljeva.

Pomoć u svladavanju dobnih ograničenja i podrška u suočavanju s kroničnim bolestima doprinose povećanju kvalitete života. To uključuje i pružanje palijativne njege, ako je potrebno, kako bi se osigurao dostojanstven i bezbolan život do kraja.

Na kraju, cilj skrbi za starije osobe je omogućiti dostojanstven život u starosti, obilježen poštovanjem i uvažavanjem. Svaka mjera u skrbi za starije osobe trebala bi biti usklađena s individualnim potrebama i zadržavati ravnotežu između podrške i osobne odgovornosti.

3 Teorije skrbi i znanost o njezi

3.1 Značenje znanosti o njezi za njegu starih osoba

Njega = znanost služi kao temelj za kontinuirano poboljšanje kvalitete njege starijih osoba. Ona pruža metode i koncepte koji pomažu u razvoju, provjeri i standardizaciji njegovateljskih mjera. Središnji aspekt je sustavno bilježenje i analiza fenomena njege, što vodi do formiranja na dokazima utemeljene prakse.

Putem znanstvenih istraživanja razvijaju se standardi koji povećavaju učinkovitost i efikasnost njege. To uključuje izradu smjernica koje podržavaju njegovatelje u donošenju odluka i osiguravaju da skrb za starije osobe bude u skladu s najnovijim rezultatima istraživanja.

Kritička refleksija i prilagodljivost esencijalne su kompetencije koje njezina znanost potiče. Njegovatelji moraju biti u stanju integrirati nova saznanja i primijeniti ih na specifične situacije njege. Rezultati istraživanja pružaju osnovu za kritičko preispitivanje i prilagodbu postojećih njegovateljskih koncepata.

Nadalje, njega = znanost doprinosi profesionalizaciji ove profesije, potkrepljujući njegovateljsko djelovanje teoretski i znanstveno. To također podržava ugled i samopoimanje radnika u njezi starijih osoba.

Još jedan važan doprinos nježa = znanosti leži u poticanju interdisciplinarnе suradnje. Kroz znanstvenu razmjenu s drugim područjima nastaje holističko razumijevanje njege, što vodi boljoj skrbi za one kojima je potrebna.

U zaključku, njega = znanost daje značajan doprinos osiguravanju i daljnjem razvoju kvalitete u njezi starijih osoba kroz temeljito, na dokazima utemeljeno znanje, koje čini osnovu za učinkovite njegovateljske intervencije.

3.2 Pregled važnih teorija njege

Virginia Hendersons Pflege Theorie

Virginia Henderson definirala je 14 osnovnih potreba čovjeka kao osnovu za njegu. Ove potrebe obuhvaćaju među ostalim disanje, prehranu, izlučivanje i mobilnost. Cilj je podržati pacijente da što više ovih potreba zadovolje samostalno. Teorija potiče neovisnost osoba koje trebaju njegu, tako što njegovatelji interveniraju samo tamo gdje je samostalnost narušena.

Monika Krohwinkels Pflegekonzept

Monika Krohwinkel razvila je "Model aktivnosti i egzistencijalnih iskustava života" (AEDL). Ovaj model polazi od 13 životnih aktivnosti, kao što su održavanje higijene, komunikacija i društveni život. Njegovatelji promatraju i sposobnosti i ograničenja osoba koje trebaju njegu u vezi s tim aktivnostima. Fokus je na individualnom planiranju njege kako bi se poboljšala kvaliteta života starijih osoba i poticale njihove resurse.

7 Ovo je samo pregled

Cjelovita knjiga dostupna je na <https://www.altenpflege.de> za registrirane korisnike. Registracija i korištenje su besplatni. Tko se ne želi registrirati, može iznos naveden na stranici 2 uplatiti putem Paypala na buchhaltung@factsoft.de i pri tome navesti i naslov knjige i e-mail adresu. Tada će mu PDF biti poslan e-mailom.

Osim besplatnog pristupa kratkim udžbenicima, registracija na [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) omogućava direktno prijavljivanje na poslove. I također, samostalno davanje besplatnog oglasa za posao. Postanite i vi dio [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) zajednice.