



**Dr. Susanne Fath**

Zahnärztin Parodontologie  
Niedergelassen in eigener Praxis in  
Berlin und Chefredakteurin des  
Quintessenz Team-Journals.

## Der Wellness-Faktor

Ein in der heutigen Zeit gerne und viel gebrauchter Begriff ist die „Wellness“. Darunter versteht man – lt. Wikipedia – „vor allem Methoden und Anwendungen, die das körperliche, geistige und seelische Wohlbefinden steigern“. Und das interessiert eigentlich grundsätzlich jede/n von uns, denn wer möchte sich nicht möglichst allumfassend wohl fühlen? Außerdem assoziiert man inzwischen mit Wellness-Angeboten in der Regel sehr angenehme Maßnahmen, um das genannte Ziel zu erreichen.

So gesehen könnte auch eine Zahnarztpraxis als ein Ort betrachtet werden, an dem ein Wellness-Angebot erhältlich ist. Damit soll die medizinische Bedeutung der zahnärztlichen Behandlung keinesfalls geschmälert werden, aber der Effekt, den gesunde und vor allem eben auch gesund und ästhetisch aussehende Zähne für das körperliche, geistige und seelische Wohlbefinden haben, kann nun einmal kaum noch überschätzt werden! Und genau darauf zielt unsere Arbeit ja ab – auf gesunde und gut aussehende Zähne.

Die Arbeit daran beginnt schon bei den scheinbar „banalen“ Grundlagen, wie z.B. der Mundhygiene. Welche Bedeutung die Mundhygiene für die Lebensqualität unserer Patienten eigentlich hat, wird deshalb nun auch ganz ernsthaft wissenschaftlich untersucht. Dazu wurde im März 2006 die STOPP-Studie von Prof. Dr. Stefan Zimmer gestartet. Wie vielschichtig diese Frage ist und welchen Nutzen ihre wissenschaftliche Untersuchung für unsere tägliche Arbeit bringen könnte, können Sie in dem Artikel, der die Studie in diesem Heft vorstellt, nachlesen. Annette Schmidt und Birgit Sonna zeigen es in ihrem Beitrag sehr, sehr anschaulich, welchen Beitrag unsere Zähne de facto zu unserer Lebensqualität leisten und ganz klar leisten müssen! Und Gerta van Oost greift in diesem Zusammenhang wieder einmal den ebenfalls mit den Zähnen eng verbundenen Aspekt der Ernährung auf. Eine genussvolle und an Vitalstoffen reiche Ernährung ist ebenfalls ein „Wellness-Faktor“, gerade für ältere Menschen wird er sogar immer wichtiger, wie ihr Beitrag eindrücklich klar macht.

Auch die Zahnarztpraxis selber kann durchaus zu einem Ort gemacht werden, an den man sich grundsätzlich gerne erinnert, selbst wenn die Behandlung einmal unangenehm war. Durch ein mit Farben und Materialien bewusst positiv gestaltetes Ambiente mit entsprechenden Betreuungsangeboten und einem freundlichen Umgang mit den „Besuchern“ kann dies erreicht werden. Ideen für die Ausgestaltung einer „Wohlfühlpraxis“ finden Sie ebenfalls in dieser Ausgabe.

Der Frühling scheint sich ja nun auch endlich zu entschließen, zu unser aller Wellness beizutragen, da fällt es Ihnen sicher nicht schwer, sich dieser heutzutage sehr zentral wahrgenommenen Bedeutung unserer Tätigkeit zuzuwenden und so manche Anregung, die in diese Richtung zielt, aufzugreifen!

Viel Spaß dabei  
wünscht Ihnen

Dr. Susanne Fath