

Dentista



copyright by
all rights reserved

WISSENSCHAFT | PRAXIS | LEBEN

03/23

FOKUS

Gesund im Job

Mehr Digital-
kompetenz in der
Zahnmedizin

Gute Führung –
gute Mitarbeiter

PATIENTEN MIT SCHMERZEMPFINDLICHEN ZÄHNEN? EMPFEHLEN SIE DIE NR. 1 MARKE¹



Jetzt kostenfreie Muster sichern!



Sensodyne Repair* & Protect – die Zahnpasta mit Zinnfluorid

- Bietet Rundumschutz bei Dentinhypersensibilität
- Tiefe und gezielte Reparatur* innerhalb der Dentintubuli von schmerzempfindlichen Zähnen^{2,3}
- Reduziert nachweislich die Schmerzempfindlichkeit^{*,4}

* Eine Schutzschicht wird auf den schmerzempfindlichen Bereichen der Zähne gebildet und reicht in eine Tiefe von rund 17 µm (in Labortests). Regelmäßige Anwendung, 2 x täglich, liefert anhaltenden Schutz vor Schmerzempfindlichkeit.

1. Nielsen, MarketTrack, Zahnpasta, Sensitiv, Gesamtmarkt Deutschland, Österreich, Absatz in Packungen, MAT KW43/2022. 2. Earl J Langford RM. Am J Dent 2013; 26: 19A–24A. 3. GSK Data on File. In vitro Report G7322/014, 2020. 4. Parkinson C et al. Am J Dent 2015; 28(4): 190–196.

© 2023 Haleon oder Lizenzgeber. Marken sind Eigentum der Haleon Unternehmensgruppe oder an diese lizenziert. GlaxoSmithKline Consumer Healthcare GmbH & Co. KG ist Teil der Haleon Unternehmensgruppe.



Gesund im Job

Was für Zeiten ... ?!

Ich sitze im Zug von Erfurt nach Berlin und das Hirschfeld-Tiburtius-Symposium vom Wochenende klingt in mir nach. Meinen Gedanken zu dieser Ausgabe stelle ich die Worte Thomas von Aquins voran: „Gesundheit ist weniger ein Zustand als eine Haltung; und sie wächst mit der Freude am Leben.“

Jeder/jede von uns steht vor Herausforderungen, die die momentane Qualität der Zeit widerspiegeln. In allen Bereichen unserer Gesellschaft verschieben sich die Werte; ethische Fragen müssen neu gestellt und beantwortet werden und der Paradigmenwechsel erfordert ein Mindestmaß an Optimismus, Motivation und Inspiration. Die positiven Aspekte der Selbstständigkeit vertiefen das Gefühl der Selbstbestimmung und inneren/äußeren Freiheit im Hinblick auf eigene fachliche Interessen, Zeit- und Geldeinteilung sowie die Fähigkeiten, sich kreativ zu entwickeln. Führungskompetenz, Selbstreflexion und Eigenverantwortung bestimmen das Betriebsklima maßgeblich in unseren Praxen. Das Betriebsklima wird von den Mitarbeiter/-innen immer subjektiv erlebt. Innere Arbeitszufriedenheit, Personalkontrolle, ergonomische Arbeitsbedingungen und letztendlich die Humanisierung der Arbeit an sich sind Voraussetzungen eines guten Arbeitsklimas.

Das Überwinden von Ängsten und Befürchtungen ist die Voraussetzung, ebenso wie psychische Hygiene und innere und äußere Ressourcen bewusst und fokussiert zu erkennen, zu nutzen und letztendlich eine Sinnhaftigkeit im eigenen privaten und beruflichen Leben zu finden. Netzwerkanbindungen sind unerlässlich im kollegialen und professionellen Austausch.

Gemeinsam mit unseren Mitarbeiter/-innen gilt es für uns als Behandler/-innen, Ressourcen bei unseren Patienten/-innen zu entdecken, um den Heilungsprozess in Gang zu setzen. Dies geschieht unabhängig davon, welche Stressbewältigungsstrategien zum Tragen kommen. Die vier emotionalen Grundbedürfnisse sollten berücksichtigt werden:

- Beziehung,
- Orientierung,
- Kompetenz,
- Autonomie.

Ein Weg, „Gesund im Job“ zu bleiben, ist die Verhaltensführung mit Hilfe hypnotischer Kommunikation. Wir müssen von der in der Medizin bestehenden Nocebo-Kommunikation (Angst, Unsicherheit, Unfreiheit, Mangel) weg und hin zu einer Gesprächsführung auf Augenhöhe mit unseren Patienten/-innen – zur Sanabo-Kommunikation (Unterstützung, Sicherheit, Vertrauen, Gesundung u. a.). Wir alle verfügen über unbegrenzte innere Kreativität, die im Sinne einer Heilung und Selbstheilung genutzt werden kann. Ein achtsamer und emphatischer Umgang mit uns selbst, im Team und mit den uns anvertrauten Menschen sollte das Credo einer jeden medizinischen Einrichtung sein. Entsprechende Fortbildungen werden u. a. von der Deutschen Gesellschaft für Zahnmedizinische Hypnose angeboten (www.dgzh.de).

Nach fast 35 Jahren Selbstständigkeit in eigener Praxis ist mein Fazit: Die Entscheidung hat mein Leben maßgeblich positiv beeinflusst. Für die zahlreichen Begegnungen mit Menschen in der Praxis und im Alltag bin ich dankbar. Den Weg in die Eigenverantwortung würde ich wieder gehen!

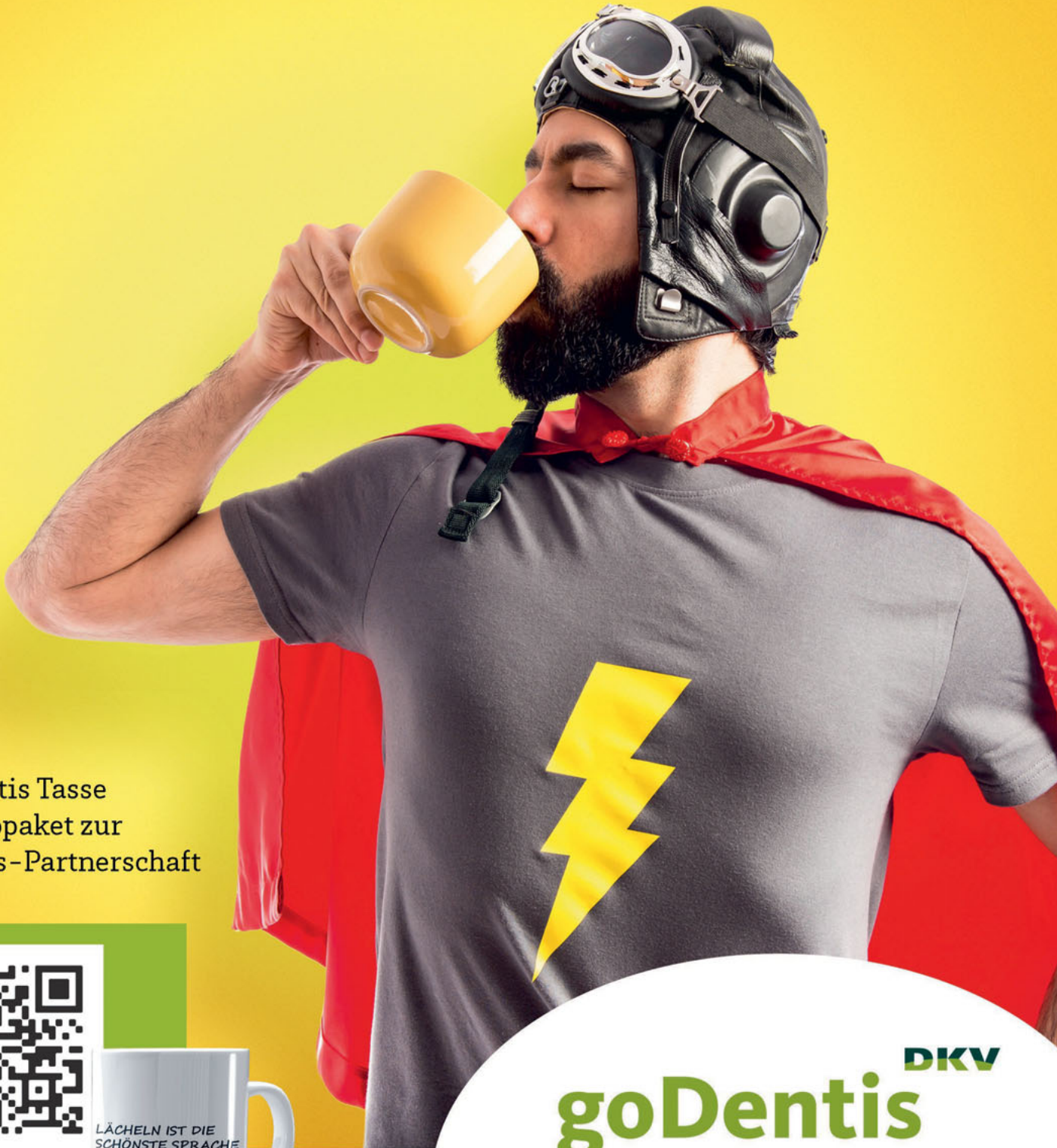
Bei der Lektüre dieser Ausgabe der Dentista wünsche ich Ihnen viel Freude, gute Gedanken und Erkenntnisse.



Ihre Ute Stein

**Möge Dein Kaffee heute stark sein.
Du hast es Dir verdient!**

copyright by
all rights reserved
© Intelligenz



Jetzt gratis Tasse
und Infopaket zur
goDentis-Partnerschaft
sichern



DKV
goDentis

Ihr Partner für Zahngesundheit
und Kieferorthopädie

AdobeStock - luismolinero



8

FOKUS



30

DENTISTA VERBAND



52

ZWISCHENMENSCHLICH



WISSENSCHAFT & ZAHLEN

06 Wissenschaft & Zahlen

- 35 Nachbericht: HTS 2023 in Erfurt
- 37 Podcast: „Powerfrauen in der Dentalbranche“
- 38 Praxisgründung: „Traum – Idee – Selbstverwirklichung“

PRAXIS & RECHT

- 45 Kooperationsmodelle für Zahnärzt/-innen: Gemeinsam erfolgreich
- 47 Gute Führung – gesunde Mitarbeiter

DENTISTA FOKUS

GESUND IM JOB

- 08 Umgang mit Stress
- 12 Gutes Betriebsklima in der Zahnarztpraxis – Wege und Möglichkeiten der Umsetzung
- 18 Fitnessoase Arbeitsplatz – Praktizierte Verhaltensergonomie gegen Beschwerden
- 27 Hilfsangebote bei Abrechnung, Praxisführung & Co.

PRAXISORGA

- 42 Einen Beitrag zu mehr Digitalkompetenz in der Zahnmedizin leisten

ZWISCHENMENSCHLICH

- 52 „Erziehung und Bildung eines Kindes kann lebensverändernd sein und ungeahnte Perspektiven eröffnen“

SERVICE

- 55 Pateninfo
- 57 Dentalmarkt
- 58 Impressum

DENTISTA VERBAND

- 30 Neues aus dem Vorstand
- 31 Regionalgruppen
- 31 Dentista Akademie
- 33 Im Interview: Rechtsanwältin Carolin Niedermeier



Auf dem Cover dieser Dentista:
Dr. Johanna Herzog, Nürnberg
Dentista-Mitglied [Porträt auf S. 40]



Quelle: LightField Studios/Shutterstock.com



Quelle: Alex Mit/Shutterstock.com



Quelle: santypan/shutterstock.com

IDZ-Studie zur Niederlassung

Sie sind Zahnärztin/Zahnarzt und haben sich 2021 oder 2022 neu niedergelassen? Dann haben Sie im Juli Post vom Institut der Deutschen Zahnärzte (IDZ) bekommen. Ab Mitte Juli verschickte das Institut Fragebögen für eine neue Studie und bittet herzlich um breite Beteiligung.

Das IDZ freut sich, die bevorstehende Studie „Berufsbild angehender und junger Zahnärztinnen und Zahnärzte (Y-Dent): Niedergelassene“ anzukündigen. Die Studie befasst sich mit Gründen, warum Zahnärztinnen und Zahnärzte sich selbstständig machen und eine eigene Praxis eröffnen. Ab Mitte Juli 2023 wurden Fragebögen an alle Zahnärztinnen und Zahnärzte verschickt, die sich in den Jahren 2021 und 2022 niedergelassen haben. Dadurch soll herausgefunden werden, welche positiven und negativen Aspekte mit der Niederlassung in der Zahnmedizin verbunden sind.

Das IDZ bittet daher alle in 2021 und 2022 niedergelassenen Zahnärztinnen und Zahnärzte, aktiv an dieser Studie teilzunehmen.

(Quintessence News)

Neue europäische Leitlinie zur Periimplantitis

Eine neue europäische Leitlinie zur Periimplantitistherapie wurde jetzt von der European Federation of Periodontology (EFP) veröffentlicht. Die Leitlinie unter Koordination von David Herrera, an der auch deutsche Autoren federführend beteiligt waren, ist Ergebnis der Leitlinienarbeit der EFP und beruht auf der neuen Klassifikation der parodontologischen Erkrankungen von 2018. Sie fokussiert stark auf die Prävention und frühe Therapie periimplantärer Erkrankungen. Die komplette Leitlinie wurde am 4. Juni 2023 im Journal of Clinical Periodontology veröffentlicht.

(Quintessence News)

Zahl des Monats: 29 %

Der Anteil der von Investoren geführten zahnmedizinischen Versorgungszentren (iMVZ) an allen zahnmedizinischen MVZ beläuft sich laut Angaben der Kassenzahnärztlichen Bundesvereinigung Ende 2022 mittlerweile bereits auf 29 %, mit steigender Tendenz. „Mit dem einseitigen Fokus auf schnelle Gewinnmaximierung stellen iMVZ eine erhebliche Gefahr für die Versorgungsqualität, das Patientenwohl und die Sicherstellung der Versorgung insgesamt dar“, so die KZBV. (Quintessence News)

Alle Nachrichten lesen Sie in voller Länge unter www.quintessence-publishing.com.





Quelle: Sorapop Udomsri/Shutterstock.com



Quelle: Marina Demeshko/Shutterstock.com



Quelle: Aleksandr Petrunovskiy/Shutterstock.com

Neues Dental-Jobportal geht an den Start

Es gibt ein neues Jobportal speziell für den Dentalbereich. Die ZA – Zahnärztliche Abrechnungsgesellschaft AG und MedMagnet.com, ein aufstrebendes Start-up-Unternehmen, haben eine Kooperation geschlossen, mit der sie der Herausforderung des Fachkräftemangels in der Zahnmedizin begegnen.

MedMagnet.com sei ab sofort die größte Jobbörse für Arbeitgebende und Arbeitnehmende in der Zahnmedizin. Mit mehr als 7.000 offenen Stellenausschreibungen fänden zahnärztliches Fachpersonal, aber auch Quereinsteigende künftig intuitiv passende Stellen und könnten sich direkt und auf kurzem Weg bei ihrem Wunscharbeitgeber bewerben, heißt es. Das Portal ist für Bewerbende völlig kostenfrei nutzbar.

Die Plattform MedMagnet.com selbst ist laut Information in den Kernfunktionen kostenlos und auch Anzeigen für Famulaturstellen und Ausbildungen sind stets kostenfrei. (Quintessenz News)

Kürzungen der Parodontitistherapie zurücknehmen

Mehr als 30 Mio. Deutsche sind an einer Parodontitis erkrankt. Je aggressiver die Bakterien sind und je schwächer die Infektionsabwehr des Körpers etwa durch Rauchen oder Stress ist, desto früher und stärker tritt die Krankheit auf. Studien belegen, dass diese chronische Erkrankung in Wechselwirkung mit anderen Krankheiten steht wie z. B. Diabetes mellitus, Rheuma, Atemwegserkrankungen, Herzinfarkt oder Schlaganfall. „Umso wichtiger sind Vorbeugung und Behandlung der Parodontitis – nicht nur für die Mundgesundheit, sondern für den ganzen Körper“, sagte der Bundesvorsitzende des Freien Verbands Deutscher Zahnärzte (FVDZ), Harald Schrader, anlässlich des Europäischen Tags der Parodontologie am 12. Mai. Und umso unverständlicher sei es da, dass die Versorgung von Patientinnen und Patienten mit Parodontitis seit 2023 auf Sparflamme laufe, bedingt durch das von der Bundesregierung eingeführte GKV-Finanzstabilisierungsgesetz (GKV-FinStG).

Das GKV-FinStG kappe Leistungen, die nach dem aktuellen Stand der Wissenschaft erst 2021 eingeführt wurden. „Wir fordern die Politik daher auf, die Kürzungen bei der Parodontitistherapie zurückzunehmen“, erklärte der FVDZ-Bundesvorsitzende.

(Quintessence News)

Weniger als 40.000 Zahnarztpraxen

Ende 2021 gab es hierzulande insgesamt 39.876 Praxen niedergelassener Zahnärztinnen und Zahnärzte. Davon waren 32.027 Einzelpraxen und 6.612 Gemeinschaftspraxen. Seit geraumer Zeit sinkt die Anzahl der Praxen niedergelassener Zahnärztinnen und Zahnärzte kontinuierlich: Waren es 2005 noch 46.207 Praxen, sank die Zahl 2021 erstmals unter 40.000.

(Quintessence News)

DENTISTA FOKUS

GESUND IM JOB

Liebe Leserinnen,

das Fokusthema der vorliegenden Dentista-Ausgabe ist „Gesund im Job“. Häufig sind die Menschen, die selbst im Gesundheitswesen arbeiten und sich um andere kümmern, zu sehr eingespannt, um auf die eigene Fitness und das Wohlergehen zu achten.

Zahnärztinnen rotieren den ganzen Tag zwischen Behandlung und Praxisorganisation hin und her. Und wenn noch Familie und Kinder dazukommen, bleibt kaum Zeit für persönliche Interessen oder gar Ent-

spannung und Wellness. Deshalb ist es sinnvoll den Job so zu gestalten, dass alle Faktoren, die negative Einflüsse mit sich bringen, so gut wie möglich ausgeschaltet werden.

In der Zahnarztpraxis sind das im Wesentlichen der allgemeine Stress, das Betriebsklima und ergonomische Aspekte. Diese Punkte können die tägliche Arbeit massiv erschweren und langfristig die Gesundheit im Job gefährden. Darüber hinaus ist es wichtig, sich nicht zu überfordern und auch Hilfsangebote zu suchen und anzunehmen, um sich zu entlasten.

Zu all diesen Themen finden Sie in dieser Ausgabe interessante Beiträge. Ich hoffe, dass wir Ihr Interesse wecken können und wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen.



Ihre
Susann Lochthofen

Umgang mit Stress

Selbstfürsorge zwischen Behandlungsstuhl und Führung

Um 6 Uhr klingelt der Wecker. Noch einmal umdrehen geht nicht, denn der Tag wartet auf dich. Ab unter die Dusche, Frühstück für die Kinder/Familie vorbereiten und dann auch schon der Blick zur Uhr. Es ist mal wieder einer dieser Tage, bei dem die Minuten wie im Flug vergehen und du nicht nur deine Kinder zur Eile antreibst, sondern auch dich, denn schließlich warten ab 7:45 Uhr deine Mitarbeiter/-innen auf dich und ab 8 Uhr will der erste Patient pünktlich behandelt werden. 7:30 Uhr, du fährst be-

reits mit überhöhter Geschwindigkeit in Richtung Praxis und denkst: Was für ein Stress!

Doch ist es wirklich Stress oder ist es ein Ausdruck für die Abfolge von Aufgaben und Anforderungen, die andere oder du selbst an dich stellst und wie kannst du darauf Einfluss nehmen?

Gesellschaftliche Prägung des Arbeitsverhaltens

Stress ist gesellschaftlich nach wie vor en vogue, da Stress gleichgesetzt wird mit tough sein, was schaffen, smart und erfolgreich sein.

Gleichzeitig werden seit etlichen Jahren die Themen Burn-out, Resilienz, Entschleunigung und Achtsamkeit diskutiert, da dauerhafter Stress negative gesundheitliche Folgen hat. Nicht selten sind zielstrebige, leistungswillige Menschen von stressbedingten Symptomen bzw. Erkrankungen betroffen. Menschen, die ihre beruflichen Ziele bzw. ihre Selbstständigkeit vorantreiben und körperliche Signale auf ihren Weg zum Erfolg ignorieren, sich verausgaben und irgendwann feststellen, dass es so einfach nicht mehr geht.

Manche werden sich dessen bewusst und planen eine gezielte Auszeit. Andere – und das ist die Schattenseite der Medaille – werden durch eine Erkran-

kung oder einen Unfall gezwungen, eine Auszeit zu nehmen.

Einfach nur Zahnärztin geht nicht oder doch?

Auf den diversen Social-Media-Plattformen wird suggeriert, dass es mittlerweile nicht reicht nur wirtschaftlichen Erfolg als Zahnärztin und Unternehmerin zu haben. Influencerin, Speakerin und Eventmanagerin sind zusätzliche Attribute, die eine erfolgreiche Zahnärztin aufweisen sollte. Doch ist das wirklich dein Weg?

Gedanken prägen Arbeitsverhalten

Um den Umgang mit Stress zu meistern und negativen Konsequenzen entgegenzuwirken, ist die bewusste Innenschau ein erster Schritt, den Umgang mit Stress erfolgreich zu meistern.

Was bedeutet für dich Erfolg? Welchen Preis bist du bereit, dafür zu zahlen? Welche Gedanken und Glaubenssätze prägen dein Arbeitsverhalten?

- Ohne Fleiß kein Erfolg?
- Du musst stets die Zügel in der Hand halten und die Richtung vorgeben.
- Sei perfekt!
- Nur harte Arbeit führt zu Wohlstand!
- Ich arbeite nicht, ich gehe meinem Hobby nach.
- Mach schnell!
- Der zweite Platz ist keine Option.
- Als Frau muss ich doppelt so schwer arbeiten, um Erfolg zu haben.
- Familie und Erfolg im Job schließen sich nicht aus.
- Streng dich an!
- Mein Mann kann das nicht.
- Wer rastet, der rostet.
- Mitarbeiter/-innen müssen kontrolliert werden, sonst machen sie, was sie wollen.
- Ich liebe meinen Job.



- Ich schaff das!
- usw.

Distress trübt die mentale Klarheit

Bevor das Arbeitsverhalten destruktiv wird und sich Distress bemerkbar macht, wird in der Regel ein positiver energiefördernden Schub, der Kraft gibt, wahrgenommen. Diese aufputschende Kraft nennt sich Eustress.

Eustress macht optimistisch, glücklich und stark. Er macht leistungsfähiger und ermöglicht, zusätzliche Kräfte zu aktivieren, da sich die Anspannung mit einer adäquaten Phase der Entspannung abwechselt. Eustress wird i. d. R. als positive Herausforderung wahrgenommen. Eustress fordert uns heraus, uns der Situation zu stellen und diese zu bewältigen. Unser Kampfgeist wird herausgefordert und wir richten unseren Kompass auf Gewinnen aus.

Wirken jedoch Gedanken bzw. Glaubenssätze wie oben beschrieben in uns und werden die Phasen der Anspannung und Entspannung immer kleiner oder fallen gar komplett aus, transformiert der Eustress ganz unbewusst in Distress

und wirkt sich mit seinen negativen Folgen psychisch und physisch aus.

Distress führt in der ersten Phase zu Erschöpfung, die zu kurzen oder fehlenden Entspannungsphasen führen, zu Gereiztheit. Das hemmt bzw. blockiert die Fähigkeit, Probleme konstruktiv und rational anzugehen. Die mentale Klarheit wird getrübt.

Dies wiederum löst Überforderung aus, da sich Betroffene als handlungsunfähig und hilflos fühlen, es aber nicht äußern, nicht wahrhaben wollen oder sich keine Unterstützung suchen. Es kommt zu irrationalen Gedanken, z. B. man müsste sich nur noch mehr anstrengen. Wiederkehrend führt das Ignorieren von Stresssymptomen zu einer fortwährenden Überlastung, die bis in den Burn-out führen kann.

Selbstfürsorge beginnt mit einer Entscheidung

Durch die Pflege der eigenen Gedanken- und Überzeugungswelt wird ein Selbstfürsorgemechanismus etabliert, welcher aktiv und nachhaltig vor Distress schützt. Dafür ist es erforderlich, blockierende und schädliche Glaubenssätze



ze im Zusammenhang mit dem eigenen Arbeitsverhalten aufzulösen. Dies kann z. B. durch ein persönliches Coaching erfolgen, in dem positive und erlaubende Glaubenssätze formuliert werden, die die Selbstfürsorge stärken.

Zusätzlich ist es erforderlich, alle Stressoren zu entlarven, um im Anschluss daran Resilienzaufbauende Maßnahmen zu ergreifen und Gummibandefekte zu verhindern.

Die Entscheidung für den Umgang mit Stress entsteht somit im Kopf. Erst durch die Bereitschaft, andere Wege zu gehen und von schädlichen Verhaltensweisen Abstand zu nehmen, wird der Weg zum nachhaltigen Umgang mit stressigen Lebensphasen möglich.

Stressoren, unruhige Geister, die das Leben erschweren

Stressoren sind Stressauslöser. Manchmal werden einzelne Stressoren als nicht belastend wahrgenommen, denn der leistungs- und erfolgswillige Mensch trickst gerne seinen Geist aus.

Fügen sich über einen längeren Zeitraum unterschiedliche Stressoren wie ein Puzzle zusammen, konzentrieren sich die Stressoren zu einer gefährlichen Mischung. So wie der Frosch, der im Kochtopf sitzt und nicht bemerkt, dass er langsam totgekocht wird, so bemerkt unsereins nicht, dass die Konzentration an schädlichen Stressoren zunimmt und unaufhaltsam unserer Gesundheit schadet.

Wie so häufig macht die Mischung das Gift aus, welches uns entweder anspornt (Eustress) oder innerlich zermürbt (Distress). Die Evaluation anwesender Stressoren gehört somit zu den einfachsten Präventionsmaßnahmen, denen adäquate Entlastungsmaßnahmen folgen sollten. Diese Maßnahme kann zur betrieblichen Gesundheitsvorsorge erklärt werden.

Einfluss auf Stressoren nehmen und Fachkräfte binden

Die häufigsten Ursachen, die zu Stresszuständen führen, sind Zeit- und Leistungsdruck, Konflikte, Reizüberflutung sowie persönliche Schicksalsschläge.

Arbeit, zu hohe Ansprüche an sich selbst, zu viele Termine und Verpflichtungen in der Freizeit, ständige Erreichbarkeit, Erziehung der Kinder, finanzielle Sorgen und die Betreuung pflegebedürftiger Familienmitglieder sind weitere Indikatoren, die in die Stressfalle führen können.

Als Führungsverantwortliche hast du die Verantwortung in deiner Rolle als Arbeitgeberin gegenüber dir selbst, aber auch gegenüber deinen Mitarbeitenden, Stressoren zu verringern bzw. zu vermeiden. Denn laut Forsa-Umfrage von 2023 ist jede(r) dritte Arbeitnehmer/-in bereit den Job zu wechseln und gibt als Grund zu viel Stress und schlechte Bezahlung an.

Betriebliche Gesundheitsvorsorge – Stärkung des Teams

Distress überflutet den Körper u. a. mit Adrenalin, Noradrenalin sowie Kortisol, welches auf Dauer zur Schwächung des Immunsystems führt und somit zu erhöhten Ausfällen aufgrund von Krankheit. Verspannungen, Magenschmerzen, Schlaf- und Essstörungen, Sodbrennen, Verstopfung oder Durchfall führen zu eingeschränkter Leistungsfähigkeit.

Ohne ausgleichende Maßnahmen dreht sich die Negativspirale weiter und endet im schlimmsten Fall mit Depressionen, Burn-out und Kündigung bzw. Aufgabe der eigenen Praxis.

Damit es nicht so weit kommt, gehört die Risikobewertung gesundheits-schädlicher Aspekte am Arbeitsplatz mit zu den Fürsorgepflichten einer nach-

haltigen und ressourcenschonenden Mitarbeiterführung.

Entspannungstechniken & Co.

Menschen haben unterschiedliche Belastungsgrenzen, Ressourcenreservoirs und Strategien, wie sie ihren Energielevel anheben. Daher gilt für den Umgang mit Stress: „Tue das, was dir guttut“. Dabei solltest du dich nicht von allgemeinen Meinungen beeinflussen lassen, sondern unterschiedliche Maßnahmen ausprobieren, diese wirken lassen und erst dann entscheiden, ob diese dir dabei helfen in die Entspannung zu kommen. Berücksichtige dabei einen Rhythmus von mindestens 6 Wochen, um die Wirkung der Maßnahme spüren zu können. Denn wie bereits oben beschrieben, trickst sich der Geist gerne selbst aus. Der Körper lügt jedoch nicht. Spür daher in dich hinein und halte fest, was sich in dir bewegt bzw. verändert, wenn du z. B. eine der folgenden Entspannungstechniken anwendest:

- progressive Muskelentspannung, geht auch auf dem Bürostuhl,
- autogenes Training (Kopfhörer auf und Zettel „Bitte nicht stören“ an die Tür),
- Yoga (allein oder mit dem Team),
- Meditation (mentale Auszeit oder als aktives, bewusstes Gehen),
- Achtsamkeitsübung (als Teil der Praxis- und Teamkultur),
- Verzicht auf Social Media während der Arbeitszeit,
- Stille (bewusste Auszeit für die Gedanken – keine Gespräche oder Fragen während der Pause),
- bewusste und gesunde Nahrungsaufnahme,
- bewusstes Atmen,
- bewusstes Hören, Meeresrauschen oder Waldgeräusche (Kopfhörer auf und Augen schließen),



- Mikropause, Hände mit der Lieblingshandcreme einreiben und daran riechen,
- Füße hochlegen, Augen schließen und den letzten Urlaub vor das innere Auge rufen,
- Powernepp.

Das mentale Tagebuch, Stärkung der persönlichen Resilienz und die des Teams

Konzentriere dich auf das Positive und notiere es! Leg dir dein persönliches mentales Tagebuch an und schreibe drei Dinge auf, für die du heute dankbar bist. Notiere, welchen Erfolg du heute hattest und was dich heute zum Lächeln gebracht hat. Vermerke in deinem Tagebuch, was dir heute gutgetan und was dir heute besonders gut geschmeckt hat. Diese Maßnahme kannst du auch

Antonia Montesinos ist Betriebswirtin, beim Deutschen Verband für Coaching und Training e. V. (DVCT) zertifizierte Trainerin, Mediatorin, Coach, Referentin und Fachbuchautorin. Zu diesem Thema bietet die Autorin Team-Resilienz-Workshops sowie Chefinnen-Mentoring an. Die Autorin ist Mitglied beim DVCT, Fördermitglied beim VDZÄ-DENTISTA e. V. und Beraterin des Förderprogramms unternehmenswert Mensch. Ihr Buch „Ich das Team,“ ein Selbst-Coaching-Buch, ist im März 2020 erschienen – Bezug über Amazon oder direkt bei der Autorin.



Antonia Montesinos
 check&change
 Tel.: 02 11/933 64 394
 Mobil: 01 70 44 57 7 57
 Bongardstraße 8
 40479 Düsseldorf
 E-Mail: am@check-and-change.com
 www.check-and-change.com

für die Stärkung der Resilienz im Team einführen.

Wofür auch immer du dich entscheidest, mache es bewusst und sei es dir wert, die Zeit dafür zu investieren.

 QUINTESSENCE PUBLISHING

Kennen Sie schon unsere Newsletter?

Für **Newsjunkies** und Neugierige, **Fortbildungswillige** und Wissenshungrige, Newbies und alte Hasen, Einkaufs-Champions und **Schnäppchenjäger**. Bleiben Sie mit uns auf dem neuesten Stand in Zahnmedizin und Zahntechnik! Melden Sie sich jetzt an – unverbindlich, **kostenlos**, jederzeit kündbar.



QUINT.LINK/
NEWSLETTER



Gutes Betriebsklima in der Zahnarztpraxis – Wege und Möglichkeiten der Umsetzung

Die tägliche Zusammenarbeit und das sich daraus ergebende Betriebsklima sind kritisch für die Gesundheit von Arbeitnehmenden. Dieser Artikel lässt klassische Tipps wie Obstkorb, Teambuilding und Maßnahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements außen vor und beschreibt die relevanten psychosozialen Faktoren, die über ein gelingendes Miteinander entscheiden. Dabei legt er den Fokus auf die Besonderheiten, die die Arbeit in der Zahnarztpraxis und die gemeinsame Behandlung des Patienten mit sich bringen, und leitet Möglichkeiten ab, um in diesem Rahmen ein positives Betriebsklima zu etablieren.

Warum an einem guten Betriebsklima kein Weg vorbeiführt?

In Zeiten des Fachkräftemangels sind immer mehr Zahnarztpraxen unterbesetzt. Ein gutes Betriebsklima ist ein entscheidender Erfolgsfaktor, denn es

- hält Mitarbeiter gesund,
- verbessert den Ruf des Arbeitgebers,
- erleichtert die Suche nach neuen Mitarbeitenden und Auszubildenden,
- erhöht die Bindung der bestehenden Belegschaft und senkt die Fluktuation,
- erhöht die Identifikation der Mitarbeitenden, deren Zufriedenheit, die Stimmung im Team, die Produktivität und Kreativität,
- senkt die Fehlerquote, Diebstähle, Ausfallzeiten und Krankheitstage,
- verbessert die Arbeitsqualität, das Auftreten der Mitarbeitenden gegenüber den Kunden, die Patientenzufriedenheit und den Ruf der Praxis.

„Culture eats strategy for breakfast“

Eine breit angelegte Studie der Unternehmensberatung Heidrick und Struggles untersuchte 2021, wie sich unterschiedliche strategische Faktoren auf das Betriebsergebnis auswirken: Von den global über 500 Unternehmen konzentrierten sich 11 % bewusst auf eine mitarbeiterorientierte Unternehmenskultur, die restlichen 89 % priorisierten andere strategische Ziele. Das Ergebnis war deutlich: Die finanzielle Performance jener Unternehmen, die bewusst auf die Entwicklung einer mitarbeiterorientierten Kultur setzten, wuchs in den nächsten 3 Jahren mit 9,1 % um mehr als das Doppelte im Vergleich zu den restlichen Unternehmen, wo es lediglich um 4,4 % wuchs³.

In Zeiten des Fachkräftemangels dauert es immer länger, offene Stellen nachzubeseetzen. Gute Fachkräfte können sich aussuchen, wo sie arbeiten, und gehen schließlich dorthin, wo sie einen netten Chef und angenehme Kollegen finden. Diese prägen ein Betriebsklima, in dem die Arbeit Spaß macht und man morgens gerne zur Arbeit geht. Wenn das Betriebsklima im Betrieb stimmt, läuft vieles wie von selbst. Herrscht dagegen dicke Luft, scheint es wie verhext und ein Problem führt zum nächsten.

Der Teufelskreis der Fluktuation

Ein schlechtes Betriebsklima treibt Mitarbeitende zur Konkurrenz. Direkte und indirekte Kosten eingerechnet, kostet jede ungeplante Fluktuation rund ein

Jahresgehalt⁴. In Zeiten, in denen sich jeder Dritte ausgebrannt fühlt, erhöht jede Kündigung das Risiko weiterer Ausfälle⁴. Einer der Hauptgründe, warum Mitarbeiter schließlich die Reißleine ziehen, ist Überlastung¹. In den letzten Jahren hat sich die Situation zuspitzt: Jeder vierte Mitarbeiter geht, ohne eine Anschlussbeschäftigung in Aussicht zu haben⁷.

Wenn Arbeitgebende der Lage nicht bewusst entgegenwirken, droht der Eintritt in eine Abwärtsspirale: Der Mitarbeitermangel erhöht die Überlastung für die restliche Belegschaft. Der Stress steigt, die Qualität sinkt. Service und interne Kommunikation werden schlechter, Beschwerden und Konflikte nehmen zu. Der steigende Druck drückt die Stimmung in den Keller. Irgendwann geht der nächste Mitarbeiter, die Zustände sprechen sich herum und machen es immer schwieriger, neue geeignete Bewerber anzuziehen (Abb. 1).

So etablieren Sie ein gutes Betriebsklima in Ihrer Praxis

Eine befreundete Managerin sagt bei komplexen Herausforderungen immer: „Wenn es einfach wäre, wäre es Fußball.“ So wichtig ein gutes Betriebsklima ist, so schwer ist es, dieses vorsätzlich herbeizuführen, denn wie für komplexe Angelegenheiten typisch gibt es keine einfachen Kausalzusammenhänge, sonst würde sie jeder schon kennen. Es ist ein wenig wie beim Einschlafen: Je mehr man es bewusst herbeiführen will, desto schwerer fällt es. Aber es gibt verschiedene Stellschrauben, an denen man ansetzen kann. Die 3 wichtigsten Einflussgrößen

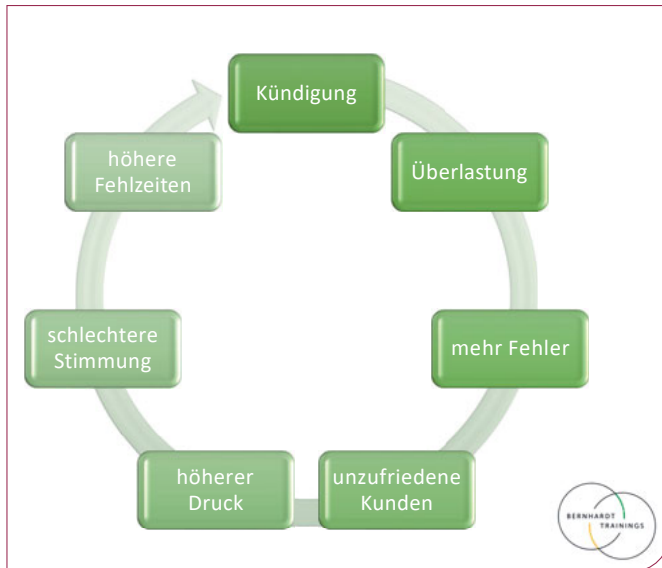


Abb. 1 Der Teufelskreis der Fluktuation.

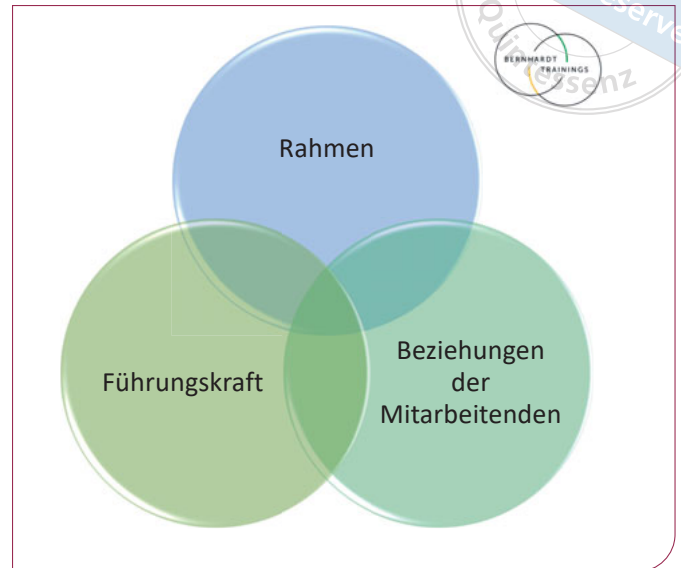


Abb. 2 Bestandteile eines guten Betriebsklimas.

für das Klima in kleinen Unternehmen, zu denen auch die meisten Zahnarztpraxen zählen, sind:

- die Rahmenbedingungen der täglichen Arbeit,
- die Beziehung zwischen Führungskraft und Mitarbeitenden,
- die Beziehungen der Mitarbeitenden untereinander (Abb. 2).

Der Rahmen: Die besonderen Herausforderungen in der Zahnarztpraxis

Grundlegende Rahmenbedingungen wie angemessenes Gehalt und andere Hygienefaktoren guter Arbeit einmal vorausgesetzt, wird der Arbeitsrahmen in der Zahnarztpraxis durch die Form der gemeinsamen Behandlung der Patienten geprägt. Diese Konstellation birgt einige Besonderheiten, die die Arbeit erheblich vom Großteil anderer Arbeitsplätze unterscheidet. Viele der sonst üblichen Empfehlungen und Maßnahmen zur Verbesserung der Mitarbeiterzufriedenheit

und des Betriebsklimas müssen von daher ergänzt werden, um auch im Bereich der Zahnmedizin „praxistauglich“ zu werden.

Die Rollenvielfalt des Arztes

Ein klassischer Ansatz, um die Mitarbeiterzufriedenheit zu erhöhen, liegt darin, den Angestellten mehr Freiheiten und Gestaltungsmöglichkeiten zu eröffnen. Mikromanagement und Kontrollwut gilt als demotivierend, schließlich sollten Mitarbeitende als Schnittstelle zum Kunden am besten wissen, was dieser braucht: Da muss Ihnen kein Chef reinreden und Sie aus dem Elfenbeinturm der Führung mit realitätsfernen Weisheiten von der eigentlichen Arbeit ablenken.

Sei es für die Assistentkraft am Stuhl oder für den Techniker im Labor: In beiden Fällen ist der Arzt sowohl Kunde als auch Vorgesetzter. Ihm wird zugearbeitet, er trägt die Verantwortung, dass alles zum Wohl des Patienten optimal funktioniert. Im Gegensatz zu anderen

Führungskräften hat der Zahnarzt auch die fachliche Expertise, um die Güte der erbrachten Arbeit kompetent zu beurteilen. Darüber hinaus erhält er direkt vom Endkunden ein Feedback über dessen Zufriedenheit – und das nicht nur stichprobenartig, sondern in jedem Fall, in dem etwas schief läuft. Der Zahnarzt ist für seine Mitarbeiter also Key-Accounter, Qualitätskontrolle, Kundenreaktionsmanagement und Vorgesetzter in einer Person. Und das, während er sich gleichzeitig um den Patienten, der sich oftmals in einer Notlage befindet, kümmern muss. Die Prioritäten sind also gesetzt: eine Zerreißprobe.

Um dennoch einen motivierenden Rahmen zu setzen, ist es umso wichtiger, bewusst nach Gestaltungsmöglichkeiten zu suchen. Eröffnen Sie den Mitarbeitenden Freiräume in Bereichen, in denen sie Ihnen nicht direkt zuarbeiten: Welche Aufgaben gibt es, beispielsweise im Rahmen des Außenauftritts oder der Auszubildendengewinnung, die die den Mitarbeitenden übertragen werden können? Eine weitere Option: Klären Sie gemeinsam, wo der einzelne Mitarbeiter seine Stärken sieht und welche (dazu



passenden) Zusatzqualifikationen erworben werden könnten, um das Aufgabenspektrum am Patienten zu erweitern.

Wertschätzendes Feedback

Ein weiterer kritischer Punkt für einen förderlichen Arbeitsrahmen ist wertschätzendes Feedback: Die übliche Empfehlung lautet, dass dieses direkt, konkret und bei negativen Punkten stets unter vier Augen gegeben werden sollte. So trennt es Verhalten von der Person, ermöglicht dem Kritisierten, das eigene Gesicht zu wahren und stellt sicher, dass er genau weiß, worum es geht. Wer diese Anforderungen mit der Realität am Behandlungsstuhl abgleicht, erkennt das Dilemma: Wie soll direktes Feedback möglich sein, wenn gleichzeitig der Kunde mit im Raum sitzt und die Ohren spitzt? Der Zahnarzt muss sich abermals aufteilen: Während er sauber arbeiten muss, gilt es, den nervösen oder verängstigten Kunden emotional in behandlungsfähigem Zustand zu halten, die Qualität der Zuarbeit der Stuhlassistenz zu prüfen und im Falle eines Fehlers diesen so wertschätzend zu thematisieren, dass auch weiterhin ein konstruktives Arbeiten stattfinden kann.

In diesem Zusammenhang lässt sich zunächst festhalten, dass neben den sonstigen Empfehlungen für gelingendes Feedback der Ton die Musik macht. Darüber hinaus prägt das Verhältnis von positivem zu negativem Feedback die Beziehung: Die Losada-Quote beschreibt, dass es mindestens dreimal so viel positives, wie negatives Feedback braucht, um eine positive Beziehung zu etablieren.

Es liegt auf der Hand, welche hohen Anforderungen die Situation an die Konzentrationskraft, Achtsamkeit und Kommunikationsfähigkeit des Zahnarztes stellt. Wie gut diese abgerufen werden können,

hängt direkt von seiner Achtsamkeit und mentalen Energie ab. Die eigene Achtsamkeit ist wie ein Muskel, der bei steigendem Training stärker wird. Die positiven Effekte erhöhter Achtsamkeit auf die Gesundheit, die Arbeitsleistung und das soziale Miteinander sind durch unzählige Studien belegt, allein Pubmed listet dazu über 25.000 Studien auf.

Wie alle Ressourcen erschöpft sich die mentale Energie im Laufe des Arbeitstags. Gleichzeitig gehen auch die Energiereserven der Mitarbeitenden zur Neige. Je später es wird, desto mehr steigt das Risiko für Missverständnisse und Konflikte. Damit wird proaktives Energiemanagement zur kritischen Erfolgsgröße für das Klima in der Praxis.

Proaktives Energiemanagement

Eine hohe fachliche Kompetenz ist die Grundlage, um sich auf der fachlichen Ebene den Rücken freizuhalten. Darüber hinaus ermöglichen fundierte Kommunikationskompetenzen und ein aktives Energiemanagement, auch auf den letzten Metern des Arbeitstags unnötige Spannungen aus der Beziehung zu den Mitarbeitenden herauszuhalten und ein gutes Betriebsklima zu wahren.

Vor dem Hintergrund, dass sich immer mehr Mitarbeitende und Führungskräfte immer häufiger erschöpft fühlen, kommt dem Energiemanagement eine zusätzliche Bedeutung zu. Was kann getan werden, um die Energiereserven wieder aufzufüllen? So banal der Tipp klingen mag: Gönnen Sie sich und Ihren Mitarbeitenden zunächst genügend Schlaf! Besonders für Führungskräfte und in Empathie-Berufen Arbeitende ist die letzte Schlafphase, also jene, die über einen sechsstündigen Schlaf hinausgeht, von essenzieller Bedeutung: Die Schlafforschung zeigt, dass in dieser Phase der für die sozialen Kompetenzen

so wichtige REM-Schlaf stark zunimmt. Vereinfacht gesagt, leiden Konzentration, Lernfähigkeit, vor allem aber die sozialkommunikativen Kompetenzen, wenn man schlecht oder unter 8 Stunden schläft⁵. An dieser Stelle sei jedem Interessierten die Lektüre des internationalen Bestsellers von Dr. Matthew Walker empfohlen⁵.

Eine einfache, aber wirksame Möglichkeit, um die Reserven wieder aufzufüllen, kann beispielsweise darin liegen, die Mittagspause um 30 Minuten auszuweiten und die verschiedenen Behandlungsräume in der Praxis zu nutzen, damit sich der Arzt und die Mitarbeitenden für einen Powernap zurückziehen können. Wenn die 15 Minuten für den Powernap noch auf Arbeitszeit gewährt werden, umso besser: Der Ertrag wird die Investition um ein Vielfaches übersteigen.

Ein weiterer Punkt ist eine gesunde Ernährung, die dann doch wieder den Obstkorb auf den Plan ruft. Aber auch andere, vergleichsweise unscheinbare Interventionen helfen, die Reserven aufzufüllen und damit die Stimmung in der Praxis und die Qualität der Zusammenarbeit zu verbessern:

- mittags keine schwere Kost konsumieren,
- Zucker reduzieren oder darauf verzichten, um eine Insulinspirale zu verhindern,
- nach 14 Uhr keinen Kaffee mehr trinken: Koffein hat eine Halbwertszeit von 4 bis 6 Stunden und boykottiert einen erholsamen Schlaf⁵.

Die Rolle des Zahnarztes und der Zahnärztin für das Arbeitsklima

Während der Rahmen das Hintergrundrauschen darstellt, vor dem die tägliche Arbeit stattfindet, prägt die Führungskraft das Betriebsklima.

Emotionale Ansteckung

Für Millionen von Arbeitnehmenden wiederholt sich die folgende Situation jeden Tag aufs Neue: Sie sind am Arbeitsplatz und irgendwann nähert sich von außen eine Gangart, die alle sofort erkennen: Der Chef kommt! Die Mitarbeiter schärfen ihre Sinne. Bewusst oder unbewusst liegt eine Frage in der Luft: Wie ist ER heute drauf? Sind die Schritte ein wenig energischer, leichtfüßiger oder hektischer als sonst? Klingen sie genervt oder gut gelaunt? Die Türklinke senkt sich, die Spannung erreicht ihren Höhepunkt: Der Chef betritt den Raum. Und grüßt. Instinktiv spüren alle, ob es heute friedlich wird oder ob etwas in der Luft liegt. Im ersten Fall löst sich die Spannung und die Arbeit geht fröhlich vonstatten, im zweiten Fall bleiben die Mitarbeiter angespannt und öffnen im Kopf einen „Notfall-Tab“, der parallel zu den verrichtenden Tätigkeiten mitläuft und nach Möglichkeiten scannt, um heute möglichst wenig Angriffsfläche zu bieten.

Die Psychologie beschreibt mit dem Begriff der emotionalen Ansteckung den Effekt, dass sich die Befindlichkeiten und Emotionen einer Person auf ihre sozialen Kontakte übertragen. In Betrieben zeigt sich dieser Effekt mit einer zusätzlichen Besonderheit: Chefs beeinflussen ihre Mitarbeiter erheblich stärker als umgekehrt. Wie stark der Effekt wirkt, hängt von Intensität der Zusammenarbeit ab, d. h. von der Nähe und der Häufigkeit, mit der man sich begegnet. Die oben beschriebenen Maßnahmen zur Achtsamkeit und Energiemanagement kommen auch hier zum Tragen: Je emotional stabiler und ausgeglichener der Vorgesetzte ist, desto besser auch das Arbeitsklima und die Stimmung in der Praxis.

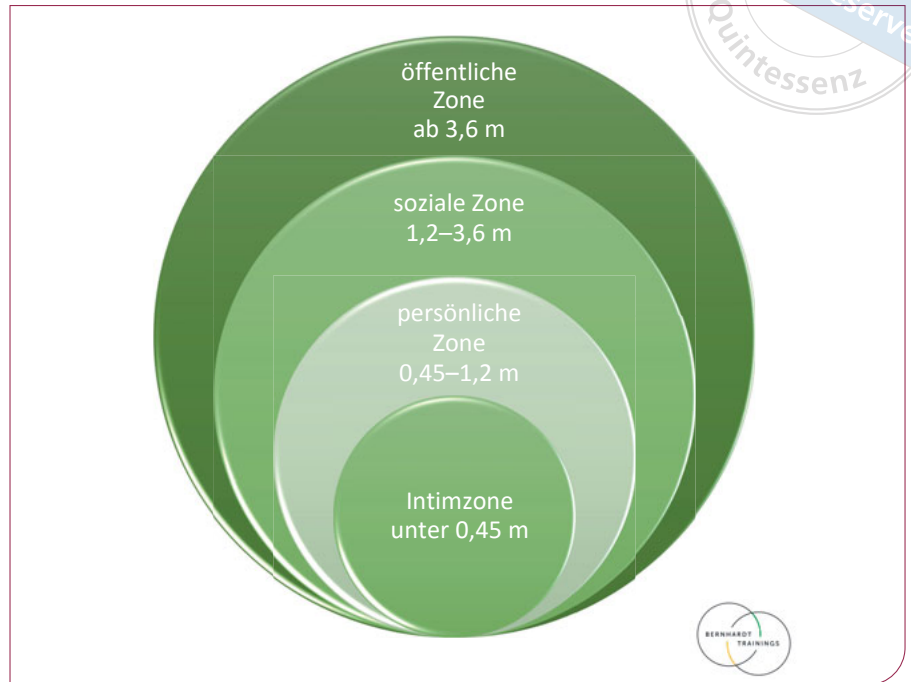


Abb. 3 Distanzzonen.

Körperliche und emotionale Nähe

Die örtliche Nähe zwischen Zahnarzt und Stuhlassistenz ist eine weitere Größe, die so in kaum einem anderen Beruf zwischen Vorgesetzten und Mitarbeitenden vorkommt.

Die Kommunikationspsychologie zeigt, dass wir verschiedene Distanzzonen um uns herum wahrnehmen. Die innerste Zone, die Intimzone, liegt mit einem Radius von ca. 45 cm um uns. Sie ist normalerweise nur den engsten Familienangehörigen und Vertrauten vorbehalten. Ihr folgt die persönliche Zone, die sich mit einem Abstand von ca. 45 cm bis 1,2 m um uns legt und in die Freunde und gute Kollegen eindringen dürfen. Der Rest, beispielsweise die Kontakte im Geschäftsleben, begegnet uns in der sozialen Zone, die sich in einem Abstand von über 1,2 m um uns befindet (Abb. 3).

Wer sich die gemeinsame Arbeit am Patienten einmal mit dieser Brille anschaut, erkennt, dass Zahnarzt und

Stuhlassistenz nicht nur in die gegenseitige persönliche Zone eindringen, sondern sich sehr häufig und auch über einen längeren Zeitraum in der Intimzone des Gegenübers bewegen. Das schafft über die räumliche Nähe auch eine emotionale Nähe und Verbundenheit, die normalerweise nur bei Menschen, die sich auf Augenhöhe begegnen, stattfindet. Das führt zu einer widersprüchlichen Situation, die vor allem für die Stuhlassistenz schwierig ist. Denn einerseits steht man sich so nah, andererseits leitet sich daraus auf der formalen Kommunikationsebene nicht das Recht ab, sich auch in anderen Bereichen auf Augenhöhe zu begegnen. Auf diesen bleibt weiterhin das Gefälle von Arzt und Fachkraft bestehen bzw. von Arbeitgebendem und abhängig Beschäftigtem. Um damit verbundenen Spannungen vorzubeugen, sollten Ärzte Maßnahmen ergreifen, die die Höhe des Statusunterschiedes reduzieren, beispielsweise den Mitarbeitenden das Du anzubieten.

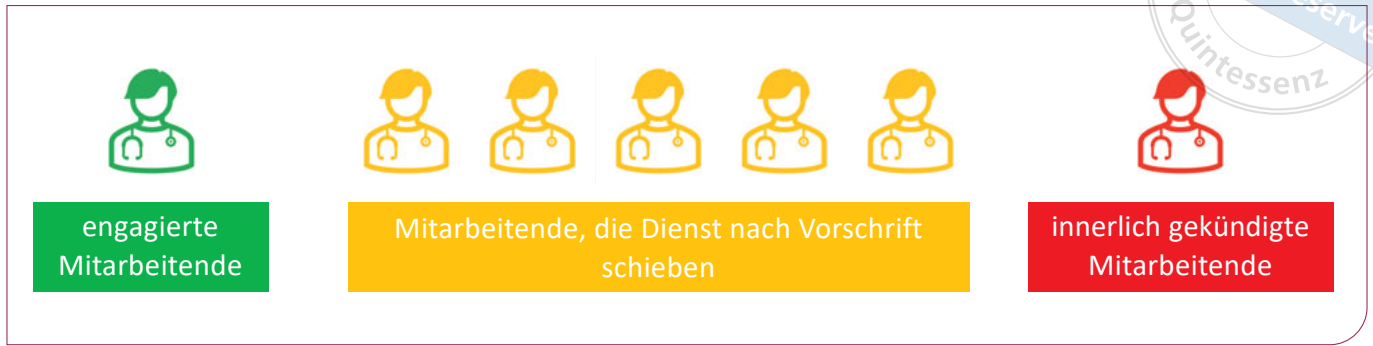


Abb. 4 Durchschnittliches Engagement der Mitarbeitenden in Deutschland.

Beziehungen der Mitarbeitenden untereinander stärken

Als dritte Größe prägen die Beziehungen der Mitarbeitenden untereinander das Arbeitsklima.

Gruppendynamik

Ein gelingendes Miteinander ist besonders im Rahmen von Neueinstellungen gefährdet, wenn der oder die Neue sich erst einmal in die Belegschaft einfügen und seinen Platz in der Gruppe finden muss. Dieser gruppenspezifische Prozess geschieht überwiegend unbewusst, findet aber immer statt. Kluge Chefs wissen, dass sie ihn nicht verhindern können. Aber sie können dafür sorgen, dass sich mögliche destruktive Energien außerhalb der Praxisräume entladen.

Jede Gruppe muss sich finden und ein internes Gefüge entwickeln. Hierfür ist es notwendig, dass sich alle Mitglieder zur gleichen Zeit am gleichen Ort befinden. Ob das im Klettergarten geschieht oder im „Escape room“, beim Lasertag, beim gemeinsamen Kochen oder Grillen im Grünen oder bei anderen Aktivitäten, bei denen die Gruppe miteinander in Kontakt tritt und gemeinsam eine Herausforderung meistert, ist von der Gruppe und den Angeboten vor Ort abhängig. Wichtig ist das Timing: das Event sollte im Rahmen der Einarbeitung

stattfinden, um die Integration zu unterstützen. Darüber hinaus unterstützen ein systematisches Onboarding und zur Seite gestellte Paten die Integration.

Sollte noch kein professionelles Onboarding aufgesetzt sein, kann die Konzeption als teambildende Maßnahme in einem gemeinsamen Workshop genutzt werden. Die Mitarbeitenden erhalten dabei Gestaltungsmöglichkeiten und fühlen sich gesehen. Eine förderliche Frage, mit der der Zahnarzt eigene blinde Flecken beseitigen kann, ist: Was hätte euch damals im ersten halben Jahr geholfen?

Wertschätzende Konfliktlösung

Auch wenn sich einiges durch kluge Interventionen kompensieren lässt, sind im Rahmen der Gruppenbildung Reibungen vorprogrammiert. Steigender Stress und Druck erhöhen die Gefahr für Missverständnisse und Konflikte. Bei jedem Konflikt droht die Gefahr, dass die gemeinsame Beziehung irreparabel beschädigt wird. Studien zeigen, dass 60 % aller Ausbildungsabbrüche wegen Konflikten mit den Vorgesetzten erfolgen. In Zeiten des Fachkräftemangels wird somit eine wertschätzende Konfliktlösung und Kommunikationskultur zum entscheidenden Faktor, um den Nachwuchs an Bord zu halten und dem zukünftigen Fachkräftemangel entgegenzuwirken.

Freundschaften im Betrieb

Der Gallup Engagement Index erhebt seit über 20 Jahren in einer globalen Langzeitstudie die Zufriedenheit am Arbeitsplatz und die Motivation der Mitarbeitenden. Dabei zeigt sich für den DACH-Raum seit Jahren das gleiche Bild, die Mitarbeiterschaft lässt sich in 3 Klassen unterteilen: Einer von sieben Mitarbeitenden ist engagiert, fünf von sieben schieben Dienst nach Vorschrift und jeder Siebte hat innerlich gekündigt. Die genauen Zahlen variieren jedes Jahr um 1 bis 2 %, bleiben aber im Großen und Ganzen stabil². Wichtig: Diese Ergebnisse sollen nichts über die Mitarbeitenden im Allgemeinen aussagen! Sie zeigen vielmehr die Zustände in den Betrieben auf, denn es gibt durchaus Unternehmen, in denen der Großteil der Belegschaft engagiert ist und es keine innerlichen Kündigungen gibt.

Unternehmen profitieren auf allen Ebenen von engagierten Mitarbeitenden: höhere Produktivität, geringere Fehlzeiten, zufriedenerere Kunden, weniger Schwund, weniger Fluktuation, weniger Burn-out. Die Studien zeigen, dass einer der wichtigsten Punkte zur Erhöhung des Engagements ist, ob die Mitarbeitenden einen guten Freund im Betrieb haben. Freundschaften und gute Beziehungen lassen sich natürlich nicht formal von oben auferlegen: Wenn der Chef zum Grillfest lädt, ist es einfach etwas anderes, als wenn der Wunsch innerhalb der Mitarbeiterschaft entsteht.

Was der Chef tun kann, ist den Rahmen so zu formen, dass informelle Kontakte ermöglicht werden. Wenn sich die Praxis in einem eigenen Gebäude mit Garten befindet, könnte beispielsweise eine Grillecke eingerichtet werden, die die Mitarbeitenden nach Feierabend oder auch außerhalb der Arbeitszeit nutzen können. Idealerweise geschieht das im Dialog mit den Mitarbeitenden. Eine weitere Möglichkeit bilden Weiterbildungen. Gemeinsames Reisen verbindet: Auch wenn es einen höheren organisatorischen Aufwand bedeutet, stärkt es die Beziehung zwischen den Kollegen, wenn sie zusammen zu einem Lehrgang fahren können.

Fazit

Ein gutes Betriebsklima ergibt sich nicht von selbst, es zu etablieren kostet Zeit und Investitionen in Maßnahmen, die die Gemeinschaft fördern. Die kritischen Punkte sind die Beziehungen zwischen den Mitarbeitenden, die Person des Vorgesetzten und die Gestaltung eines Rahmens, der die Gemeinschaft fördert und den Mitarbeitern ermöglicht zu wachsen. Weitere wichtige Punkte bilden der Umgang mit Gruppendynamischen Störungen und eine wertschätzende Konfliktlösung.

Christian Bernhardt ist Autor, Berater und Speaker für Lösungen rund um den Fachkräftemangel. Sein Recruiting-Fachbuch erschien 2019 und wurde 2022 ins Englische übersetzt. Sein neuestes Werk „Echte Wertschätzung“ erschien 2022 und erreichte direkt die Amazon-Bestsellerliste. Er berät Unternehmen und hält Vorträge sowie Trainings in Deutschland und der Schweiz.

Mehr unter
www.bernhardt-trainings.com.

Bücher zu gewinnen!

Die ersten 3 Leserinnen, die sich beim Autor melden, gewinnen je ein Exemplar seines Buches „Echte Wertschätzung“ aus dem Jahr 2022.



Literatur

1. Compensation Partner. Umfrage: Deswegen kündigen Beschäftigte ihren Job. Internet: <https://www.compensation-partner.de/de/news-und-presse/umfrage-deswegen-kundigen-beschaeftigte-ihren-job>. Abruf: 01.07.2023.
2. Gallup. State of the global Workplace Report, 2022.
3. Heidrick und Struggles. Aligning Culture with the Bottom Line: How Companies Can Accelerate Progress. Internet: <https://www.heidrick.com/en/insights/culture-shaping/Aligning-Culture-with-the-Bottom-Line-How-Companies-Can-Accelerate-Progress>. Abruf: 01.07.2023.
4. Spiegel.de. Nur ein Viertel ist mit dem Chef zufrieden. Internet: <https://www.spiegel.de/karriere/studie-zum-deutschen-arbeitsmarkt-nur-ein-viertel-ist-mit-dem-chef-zufrieden-a-aba700ad-06ca-48af-a38d-dab7df4ac6d9>. Abruf: 01.07.2023.
5. Walker M. Das große Buch vom Schlaf. München: Goldmann, 2018.
6. Wolf G. Mitarbeiterbindung. Freiburg: Haufe, 4. Aufl. 2020.
7. Xing. XING Wechselbereitschaftsstudie 2022: Viele Menschen kündigen ihren Job ohne neue Stelle in Aussicht zu haben. Internet: <https://www.xing.com/news/articles/xing-studie-zeigt-jeder-vierte-kündigt-job-ohne-neue-stelle-in-aussicht-zu-haben-4540742> Assistenz aktuell. Abruf: 01.07.2023.



Christian Bernhardt

Kommunikationspsychologe (FH)
Trainer für Körpersprache und Persönlichkeit
Bernhardt-Trainings
Blumenweg 21m, 79539 Lörrach
E-Mail:
christian@bernhardt-trainings.com
www.bernhardt-trainings.com

Fitnesssoase Arbeitsplatz – Praktizierte Verhaltensergonomie gegen Beschwerden

Zahnärztliche Arbeit ist ganz schön belastend, wenn man den Zahlen glauben darf: Denn für viele Beschäftigte in diesem Bereich gehören Wirbelsäulenbeschwerden, Kopfschmerzen, Schulter-Arm-Probleme, Taubheit in Extremitäten und Ähnliches zum Alltag. Auslöser dafür sind meist einseitige Haltungen, ungünstige Positionen oder einfach die Dauer dieser Belastungen, oft verstärkt durch fehlenden körperlichen Ausgleich.

Für viele Beschäftigte in Zahnarztpraxen ist daher die täglich wiederkehrende Fragestellung: Wie komme ich am Ende des Tages ohne Rücken- oder Schulter-schmerzen nach Hause? Wie verhalte ich mich im Arbeitsalltag, um den Feierabend genießen zu können? Wie optimiere ich meine (Arbeits-)Umgebung? Was kann ich tun, um mich am Arbeitsplatz fit zu halten? Was mache ich, wenn doch Schmerzen und Verspannungen auftauchen?

Die täglich feststellbare Tatsache ist aber auch: Es gibt nicht „die“ gute Arbeitsposition oder Haltung, die alles erfüllt. Oft sind die Ausrüstung, das Werkzeug oder auch die eingeschliffenen Verhaltensweisen die größten Hürden für ein „gutes“ Arbeiten. Und zudem ist körperlicher Ausgleich, also „Gymnastik am Arbeitsplatz“, für viele (bisher) keine ernst zu nehmende Option, zu negativ ist dieses Thema oft belegt.

Die 5 Säulen der Ergonomie

Ein Lösungsansatz ist die Ergonomisierung der Arbeitswelt. Ergonomie hat die „menschengerechte Arbeitsgestaltung“

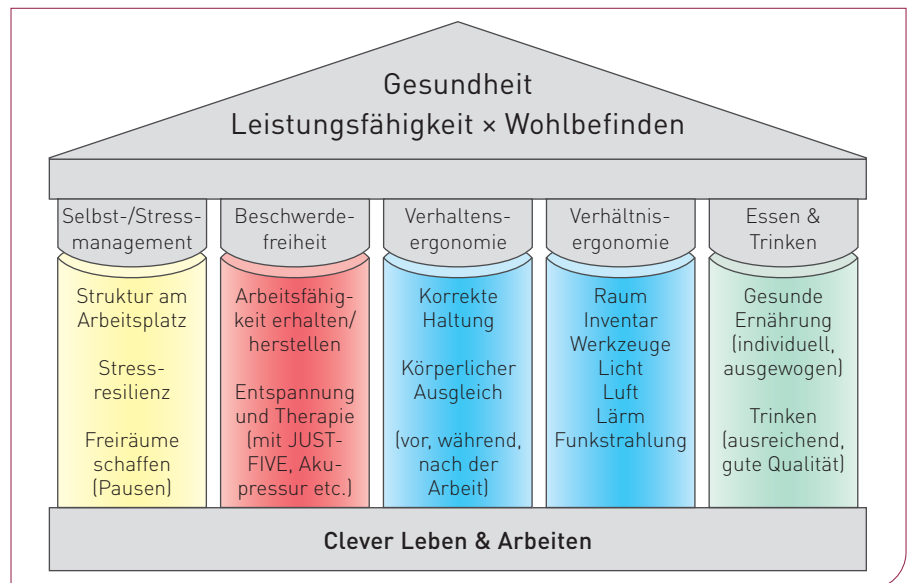


Abb. 1 5-Säulen-Modell nach Just.

zum Ziel – aber wie geht das? Ein Ansatz ist das 5-Säulen-Modell, in dem nicht nur die Umgebung und das Sitz- oder Stehverhalten enthalten sind, sondern auch andere Aspekte des Lebens einfließen.

Die 2 Hauptsäulen sind die Verhältnis- und die Verhaltensergonomie.

Die **Verhältnisergonomie** setzt an den Arbeitsbedingungen an, bei der Arbeitsumgebung, den Arbeitsmitteln, den Arbeitsinhalten und der Arbeitsorganisation. Die **Verhaltensergonomie** geht vom Mitarbeiter aus. Hierunter fallen Maßnahmen zur Verhaltensänderung wie Haltungsschulung (Rückenschule), Bewegungs- und Entspannungsprogramme, Antistressmaßnahmen, aber auch Ernährungs- oder Raucherentwöhnungskurse.

Was aber, wenn trotz guter Verhältnisse und optimaler Haltung durch zu hohe Belastungen Beschwerden hervorgerufen werden? Die schnelle

und selbstgesteuerte **Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit** ist daher die 3. Kernsäule des Konzepts.

Die **Arbeitsstruktur** und das **Stressmanagement** rücken als zusätzliche Belastungsfaktoren immer mehr in den Fokus, denn Burn-out und Erschöpfungszustände steigen quer durch die Bevölkerung überdurchschnittlich. Zahnmediziner berichten häufiger über Stress als andere Mediziner bzw. Selbstständige und schon vor fast 30 Jahren gaben über 80% der Befragten einer Studie an⁴, mehr oder weniger stark unter Stresssymptomen zu leiden, Tendenz stark steigend. Bei dieser 4. Säule ist vor allem das aktive Pausenmanagement der Schlüssel.

Und schließlich ist die Versorgung des Körpers mit **Nahrung und Flüssigkeit**, also den „Schmiermitteln“ und dem „Kraftstoff“, sowie die Art der Nahrungsaufnahme (Stress) bei den steigenden Belastungen ein zusätzliches



großes Problem, womit die 5. Säule einen wichtigen Baustein darstellt.

Was sagt die WHO?

„Die Arbeitswelt sollte so gestaltet werden, dass sie eine Quelle von Gesundheit und nicht von Krankheit ist“⁶. Somit ist auch die WHO ein Impulsgeber für das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM): Die Arbeit soll sogar gesund machen, also ist der Arbeitsplatz die „Fitnessoase“ für jeden Beschäftigten.

Heute schon genascht? – So bleiben Sie fit über den Tag

Der Mensch ist ein „Bewegungstier“ – allerdings sind viele Beschäftigte – wohl auch durch die Zwangshaltung bei der Tätigkeit – zum „Steiftier“ mutiert. 150 Min. pro Woche oder täglich 20–30 Min. Aktivität, also Bewegung mit entsprechendem Benutzen von Muskelskelett- und Herz-Kreislauf-System sind das Minimum, um den Körper zu erhalten.

Diese Aktivität sollte also täglich erfolgen. Aber wer kann (oder will) täglich ins Fitnessstudio bzw. in den Sportverein oder Joggen bzw. Radfahren?

Die Lösung: Bewegungsnaschen am Arbeitsplatz, also gezieltes Muskel- und Koordinationstraining integriert in den Alltag (wie Essen und Trinken) und über den Tag verteilt.

So wie Sie bei Durst etwas trinken, bei Hunger etwas essen, so verlangt der Körper nach einer Phase der Bewegungslosigkeit und Verkrampfung nach Bewegung und Aktivität – und signalisiert dies durch Schmerz.

Dann sollten sie sofort und ohne Verzögerung die starre Haltung beenden („Au“ ist die Abkürzung von „Aufhören“) und dem Körper etwas zum Naschen geben – „Bewegungsnaschen“.

Wenn dies nicht geschieht, reagiert der Körper absolut vorhersehbar: Die Beschwerden verschlimmern sich, werden chronisch, Qualität und Wohlfühl sind dahin. Ein Ausgleich, verteilt über den Tag und „aktionsnah“, ist daher wesentlich besser und wirkungsvoller als ein „Durchhalten“ bis zum oft bitteren Ende. Ideal wäre natürlich, wenn Ausgleichsübungen ausgeführt werden, bevor Schmerzen und Verspannungen auftreten.

Das Naschkonzept: Mikro- und Minipausen

Mikropausen sind Ad-hoc-Ausgleichsübungen mit den Bedingungen schnell, problemlos und unauffällig, die nur ca. 15 Sek. in Anspruch nehmen. Ziel der Aktivität in der Mikropause ist es, durch gezielte Gegenbewegungen zu typischen Haltungen während der Arbeit besonders beanspruchte Muskelgruppen zu entlasten und lästige Verspannungen und Schmerzen gar nicht erst auftreten zu lassen.

Grundsätzlich sollten Mikropausen in den Phasen der Tätigkeit stattfinden, in denen nicht die höchste Konzentration und Präzision erforderlich sind.

Minipausen dauern 1–2 Min. und sollten bei Patientenwechsel, Arbeitswechsel oder Raumwechsel eingeschoben werden. Bei diesen Minipausen ist kein Patient und evtl. auch kein Arbeitskollege anwesend und auch der Zeitdruck ist nicht so groß wie sonst. Damit ist automatisch das Repertoire an möglichen Übungen größer. Hier ist es besonders günstig, Übungen im Stehen oder Gehen durchzuführen und dadurch die Sitzmonotonie zu durchbrechen. Damit ist gleichzeitig ein kleiner Beitrag zur Beseitigung des Bewegungsmangels geleistet.

Auf den folgenden Seiten finden Sie ein paar Beispiele für schnelle Übungen.

Kraft: Und jetzt noch ein paar *Kraftübungen*, damit die in der Arbeitswelt unterforderten Muskeln nicht verkümmern:

Mittagspausen und größere Pausen

Zumindest die Mittagspause sollte noch weitere Funktionen als die Nahrungsaufnahme erfüllen und ein Bewegungs- sowie ein „Frischluftprogramm“ enthalten.

Die durchschnittliche Mittagspause dauert leider oft nur eine halbe Stunde, in der das Mittagessen eingenommen wird. Besser wäre eine Pause von einer Stunde (oder mehr), sodass zusätzlich Spaziergänge (frische Luft, Bewegung), Mittagsruhe in der Stufenlage (Entlastung der Lendenwirbelsäule, Beruhigung, Erholung), JUST-FIVE-Übungen (Schmerz-Bekämpfung) oder andere Möglichkeiten der bewussten Pausengestaltung möglich sind. Und natürlich sind auch Übungssequenzen mit sinnvollen gymnastischen Übungen oder einem Schwingeneinsatz auf dem Minitrampolin eine gute Ausgleichs- und Erholungsmöglichkeit.

Das Minitrampolin

Haben Sie keine Lust auf Joggen oder Radfahren? Oder können dies aus den unterschiedlichsten Gründen nicht? Wie wäre es denn mit einem Minitrampolin? Trampolinschwingen ist für den Körper dreimal effektiver und gesünder als Joggen – und zudem schon es die Gelenke! Wer 10 Min. auf dem Trampolin trainiert, erreicht genauso viel wie mit 30 Min. Laufen. Das weiche Schwingen auf einem Minitrampolin (oft wird es auch „Schwingolin“ oder „Lebelin“ genannt) wirkt wie eine sanfte Massage von Muskeln, Bindegewebe und inneren Organen und hat sich in Rehabilitation, Prävention und zum alltäglichen Training bewährt. Allerdings



1 10-Euro-Übung



Auch wenn Sie keine 10 Euro mehr kassieren müssen, die Bewegung ist gut für die gesamte Wirbelsäule und die Schulterregion.

Ausgangsstellung: Sitz, Arme anwinkeln

Dann: Oberkörperrotation mit Strecken des rechten Arms, „Hand aufhalten“ und hinterher schauen, das Gleiche auf der anderen Seite. Beim Rotieren nach hinten einatmen, beim Zurückgehen in die Ausgangsstellung ausatmen.

Wirkung: Mobilisation der gesamten Wirbelsäule und des Schultergelenks

Achtung: langsame und flüssige Bewegungsausführung

2 Oberkörper seitbeugen



Stellen Sie sich vor, sie „klauen“ Ihrem Sitznachbarn die Perücke.

Ausgangsstellung: Sitz oder Stand, Arme herunterhängen lassen

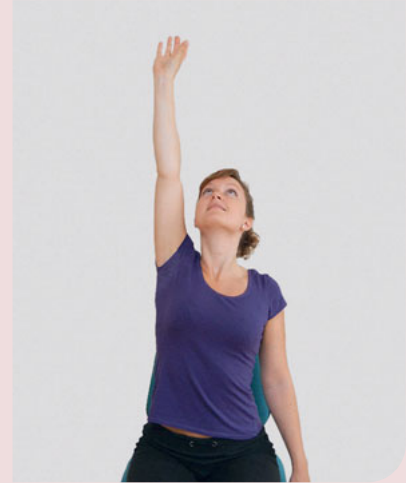
Dann: Einen Arm auf den Stuhl stützen oder in die Hüftbeuge stemmen, den anderen Arm über den Kopf führen und dabei den Oberkörper zur Seite beugen.

Variation „light“: Seitbeugen des Oberkörpers, dabei die Arme nahe am Körper halten, dann wechseln.

Wirkung: Dehnung der Rumpfmuskulatur, Kräftigung der Gegenseite, Mobilisation der Wirbelsäule

Achtung: langsam beugen, nicht federn

3 „Äpfel pflücken“



Die besten Früchte hängen immer ganz oben.

Ausgangsstellung: Stand oder Sitz auf Stuhl, beide Arme in Hochhalte

Dann: Die Hände abwechselnd zur Decke strecken, den Arm „aus der Schulter herausziehen“, dem gestreckten Arm nachschauen, Armwechsel, anschließend hängen lassen und ausschütteln.

Wirkung: Dehnung des Brustkorbs, Unterstützung der Atmung, Kräftigung der Schulter- und Nackenmuskulatur

Achtung: unbedingt zwischendrin ausschütteln, da sonst Verspannungen gefördert werden

4 „Pinguin“ = Zusammenkauern und aufrichten mit Hohlkreuz



Ausgangsstellung: Sitz auf Stuhl, Arme hängen neben dem Körper

Dann: zusammenkauern, Hände nach innen drehen und ausatmen (nicht nach vorne beugen, Schultern über Becken); anschließend Aufrichten, Becken nach vorne kippen, Hände nach außen drehen und Kopf in den Nacken, dabei Mund öffnen, einatmen

Wirkung: Mobilisation der Wirbelsäule, Dehnung und Kräftigung der Rumpfmuskulatur

Achtung: Schultern immer über Becken lassen, nur kauern, nicht vorbeugen

5 Beckenkreisen und Beckenschaukel



Nach langem Sitzen oder Stehen, aber auch direkt nach dem Aufstehen aus dem Bett ideal, um die Bandscheiben in ihre richtige Position zu platzieren.

Ausgangsstellung: Stellen Sie sich stabil hin und lassen Sie die Arme seitlich herabhängen bzw. stemmen Sie die Hände in die Hüfte. Kreisen Sie das Becken zunächst leicht, dann in immer größerem Radius. Dabei die Schultern „am Ort“ lassen, nicht mit dem Oberkörper abbeugen. Die Knie dabei locker lassen, nicht durchdrücken. Nach ca. 20 Sek. Seitenwechsel. Jetzt wechselweise ein Bein im Knie beugen, das andere gestreckt lassen = Wechselschaukel. Langsam beginnen und dann immer schneller werden. Die Schultern sind ebenfalls unbeweglich „am Ort“.

Wirkung: Mobilisation der gesamten Wirbelsäule, Hüftmuskulatur und des Beckens

Achtung: Schultern und Kopf ruhig halten, die Bewegung soll vollständig aus der Körpermitte heraus erfolgen, die Schultern „am Ort lassen“. Die Beine müssen nicht gestreckt bleiben.

6 Schulterkreisen



Ausgangsstellung: Stand oder Sitz, Oberkörper aufrecht, Arme hängen locker herunter

Dann: gleichzeitiges, langsames Kreisen beider Schultern nach vorn, nach einigen Übungen Richtung wechseln

Variation 1: Kreisen Sie die Schultern nacheinander nach vorne bzw. nach hinten (wie beim Kraulen).

Variation 2: Gegengleiches Kreisen – jetzt wird's kompliziert.

Wirkung: Mobilisation des Schulterbereichs, Kräftigung der Schultermuskulatur, bei gegengleichem Ausführen Mobilisation und Koordination

7 Kraulen



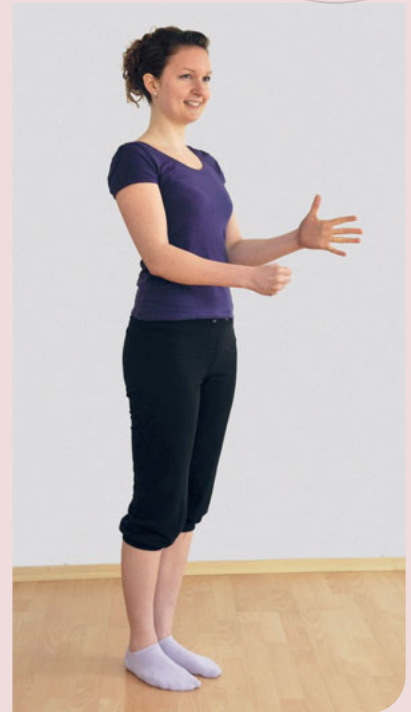
Ausgangsstellung: Sitz oder Stand, Oberkörper aufrecht, Arme angewinkelt

Dann: Kraulbewegung mit den Oberarmen nach vorne, dabei versuchen, mit den Oberarmen die Ohren zu berühren, dann Richtung wechseln und rückwärts kraulen

Wirkung: Mobilisation im Schulterbereich, Dehnung der Rumpfsseitmuskulatur, Kräftigung der Schultermuskulatur

Achtung: Nicht mit dem Kopf zum Arm, nicht mit dem Oberkörper ausweichen

8 Aktives Greifen



Dies ist vor allem für alle feimotorischen Handwerker sinnvoll, da die Greifmuskulatur oft intensiv und einseitig benutzt wird.

Ausgangsstellung: Stand oder Sitz, Oberkörper aufrecht, Arme angewinkelt

Dann: Hand öffnen und schließen, aktive Greifbewegung, 15 Sek. in hohem Tempo ausführen, dann intensiv ausschütteln

Wirkung: Durchblutung der Hände, Aktivierung der Motorik der vorderen Extremitäten

9 Schieben und ziehen

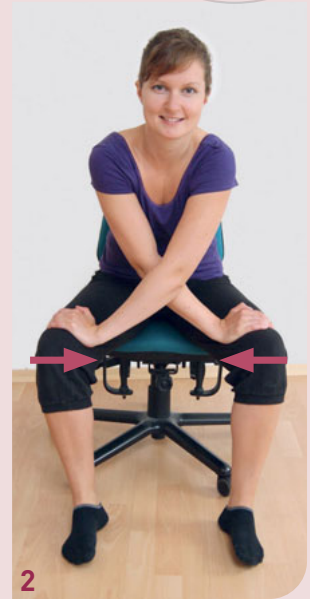


Ausgangsstellung: Setzen oder stellen Sie sich aufrecht hin. Verhaken Sie die Finger beider Hände ineinander und heben die Arme bis zur Waagrechten vor der Brust. Jetzt ziehen Sie die Arme auseinander, halten aber die Hände verhakt. (Versuchen Sie, die Oberarme nach hinten zu ziehen.) Während des Zugs ausatmen, einige Sekunden halten, einatmen und entspannen vor dem Körper. Machen Sie eine Hand zur Faust und legen sie in die andere, Arme bis zur Waagrechten vor der Brust heben. Jetzt drücken Sie beide Hände gegeneinander. Während des Schubs ausatmen, einige Sekunden halten, einatmen und entspannen vor dem Körper. Jeweils 10-mal wiederholen.

Wirkung: Kräftigung der Schulter-, Nacken- und Brustmuskulatur sowie des oberen Rückens

Achtung: bei Zug, Schub ausatmen, beim Entspannen Arme sinken lassen

10 „Sitzgrätsche“



Eine Ganzkörperübung mit vielen Kräftigungsanteilen, aber auch zur Dehnung der oberen Rückenmuskulatur (bei 1)

Ausgangsstellung: Sitz auf Stuhl, Hände fassen über Kreuz außen (1) bzw. innen (2) an die Oberschenkel

Jetzt: 1. Mit der Ausatmung werden die Oberschenkel abgespreizt (gegrätscht), die Hände leisten Widerstand, mit der Einatmung Rückführen der Oberschenkel in die Ausgangsstellung.

2. Gegenbewegung: Hände auf die Innenseite der Oberschenkel legen, mit der Ausatmung werden die bereits gespreizten Oberschenkel geschlossen, die Hände leisten Widerstand, mit der Einatmung Rückführen der Oberschenkel in die Ausgangsstellung. Das Ganze geht auch isometrisch, also ohne Bewegung der Oberschenkel.

Wirkungen: Kräftigung der Arm- und Schultermuskulatur, Kräftigung der Abduktoren (1) und Adduktoren (2) der Oberschenkel, bei 1. Dehnung im oberen Rückenbereich/Schulterblattregion, bei 2. Kräftigung der Brustmuskulatur

Achtung: Oberkörper gerade lassen, Atmung beachten, die Kraft so dosieren, dass noch Bewegung ohne Pressatmung möglich

11 Rudern und Beinstrecken



Ausgangsstellung: stabiler Sitz angelehnt an eine fixierte Rückenlehne (bei Bürostuhl Rückenlehne arretiert und leicht schräg gestellt), Rücken gerade

Dann: Umfassen Sie einen Oberschenkel kurz vor der Kniekehle mit beiden Händen und ziehen ihn an die Brust, dabei ausatmen und die Rumpfmuskulatur anspannen (fixieren). Mit der Einatmung wieder entspannen, bis die Arme gestreckt sind. Der Krafteinsatz kann gesteuert werden durch den Widerstand des Beins: Je mehr das Bein blockiert, desto mehr Krafteinsatz ist beim Armbeuger und bei der Rumpfmuskulatur nötig. Die Gegenbewegung ist die Beinstreckung, eine tolle Übung zur Kräftigung der Muskulatur von Gesäß und unterem Rücken.



Wirkungen: Kräftigung Armbeuger, Gesäß und hintere Oberschenkelmuskulatur, Rumpfmuskulatur, Koordinationsverbesserung

Achtung: Rumpfmuskulatur anspannen, damit keine „Hängemattenhaltung“ eingenommen werden kann, stabil sitzen, Lehne evtl. fixieren

sollte es ein „gutes“ Gerät mit Gummiseilringen sein.

Beim Training werden – unterstützt von der Schwerkraft – alle Muskelgruppen gefordert, und das bei der Seilringfederung auf besonders schonende Weise. Laut einer Studie der NASA von

1980¹⁰ erreicht Trampolinspringen einen um 68% höheren und zudem gelenkschonenderen Trainingseffekt als Jogging in Bezug auf

- Sauerstoffaufnahme,
- Jungbrunnen für alle Körperteile,
- Bindegewebe, Organe, Gelenke.

Knochen, Bandscheiben, aber auch innere Organe wie Herz, Lunge – alle werden aktiviert und vitalisiert. Dies gilt auch für jede einzelne Körperzelle, deren Zellwand beim Hüpfen am unteren Ende einem erhöhten Druck ausgesetzt ist.



Abb. 2 Minitrampolin mit Haltestange.

Ein weiterer Effekt: Bei körperlichen Aktivitäten wie dem Trampolinschwingen setzt ein aktiver Pumpvorgang im Lymphsystem ein, wodurch die Lymphzirkulation um das 10- bis 30-Fache erhöht wird. Zelltrümmer, Giftstoffe, Bakterien und sonstige Abfallstoffe werden besser transportiert – der Körper kann leichter entgiften.

Beim Schwingen und Springen auf dem Trampolin muss sich Ihr Körper ohne bewusstes Zutun permanent ausbalancieren. Trampolinschwingen ist daher ein optimales Training für die allgemeine Geschicklichkeit, Balance und den Gleichgewichtssinn.

Ach ja: Durch das Trampolinschwingen werden wir auch „schlauer“. Der Wechsel zwischen Schwerkraft und Schwerelosigkeit verbessert die Interaktion zwischen beiden Gehirnhälften. Trampolinschwingen erhöht die Konzentrations- und Reaktionsfähigkeit. Regelmäßiges Schwingen hilft außerdem bei

Seminar: Ergonomisch Arbeiten „rund um den Zahn“

Korrekte Arbeitshaltung, gezielter Ausgleich, wirksame Selbstbehandlung
Ergonomie in der Zahnarztpraxis - wozu?

Wie verhalte ich mich im Arbeitsalltag, um den Feierabend genießen zu können? Wie optimiere ich meine (Arbeits)umgebung? Was kann ich tun, um mich am Arbeitsplatz fit zu halten? Was mache ich, wenn doch Schmerzen und Verspannungen auftauchen?

Auf alle diese Fragen versucht der Workshop, der eine Mischung aus Input durch den Dozenten und Praxisanwendungen der Teilnehmer ist, ein paar Antworten zu geben und sofort umsetzbare Lösungsansätze zu zeigen.

Seminarziel

Ziel ist, die Teilnehmer für Ergonomie zu sensibilisieren und den Transfer der angebotenen Lösungen in den Arbeitsalltag zu sichern.

Sie erhalten grundlegende Informationen zu den Aspekten des gesunden Arbeitens und können nach dem Seminar Ihre Arbeitswelt und das Arbeitsverhalten optimieren. Dazu erhalten Sie Einblick in optimale Arbeitsumgebung sowie richtige Arbeitshaltung, als Team und auch alleine. Ein Schwerpunkt liegt hierbei auf der optimalen Patientenlagerung als „Schlüssel“ für korrekte Körperhaltung während der zahnärztlichen Tätigkeit. Aber auch das Verhalten und die Einstellung von Werkzeugen und Hilfsmitteln z. B. am Empfang, im Büro, im Labor (fakultativ) sind Thema.

Sie lernen konkrete Ausgleichsübungen (Mikro- und Minipausen) für sofortige Aktivität während und zwischen den Behandlungen oder verschiedenen Arbeitsschritten kennen und erfahren Grundlagen der Selbsttherapie, um die Bewegungsfähigkeit = „Arbeitsfähigkeit“ wieder herzustellen.

Seminardaten

- Zielgruppe: Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen in Zahnarztpraxen (Behandler, Assistenz, DH, ZMV, ZMF, Zahntechniker)
- Umfang: 1 Tag (09.00 bis 16:00 Uhr)

zu viel (negativem) Stress, Schlaf- oder Verdauungsstörungen.

Nach der Arbeit und am Wochenende

Hier gilt: Hauptsache, Sie bewegen sich mehr als in Ihrer täglichen Arbeit und verstärken durch Ihre Aktivitäten (oder Passivitäten) die ohnehin großen Belastungen nicht noch mehr.

Nach einem langen Arbeitstag ist es allerdings oft schwierig, den „inneren Schweinehund“ dazu zu bewegen, doch noch eine Runde Waldlauf oder eine Einheit im Fitnessstudio mit zu machen. Jetzt sind Aktivitäten gefragt, die das Herz-Kreislauf-System aktivieren, denn Kraft, Beweglichkeit und Koordination haben Sie ja schon gemacht – oder?

Ein einfacher Tipp: schnelles Gehen im Stil des „richtigen“ Nordic Walking, aber ohne Stecken und mit langen Ar-

Ausbildung: Dental-Ergonomin für die Zahnarztpraxis

Mit diesem Lehrgang erwerben Sie eine Qualifikation für ergonomische Arbeitsplatz-Analysen, Arbeitsplatz-Unterweisungen und Beratungen für den Arbeitsplatz Zahnarztpraxis.

Sie werden zum Ergonomie-Experten mit grundlegenden Kenntnissen für den zahnärztlichen Arbeitsplatz, können diese Inhalte in Beratungen und Unterweisungen vermitteln und die Arbeitsumgebung, die Werkzeuge, die Arbeitsabläufe sowie die Arbeitshaltung ergonomisch optimieren. Für den Erhalt der Leistungsfähigkeit lernen Sie Ausgleichsbewegungen und Selbsttherapiemethoden am Arbeitsplatz in Grundzügen kennen.

Zielgruppe

Die Ausbildung ist für "Neueinsteiger" und Profis gleichermaßen geeignet. Sie ist als Basisqualifizierung für alle gedacht, die die konkrete Arbeitswelt „Zahnarztpraxis“ ergonomischer gestalten wollen.

Es können Angehörige aller Berufe diesen Lehrgang absolvieren, ideal (nicht Bedingung) ist möglichst eine fachliche Basisqualifikation im zahnmedizinischen Bereich (Zahnarzt, Zahnärztin, zahnmedizinischer Assistenzberuf, Zahntechniker) oder im Gesundheitsbereich (Physiotherapeuten, Ergotherapeuten o.Ä.)

Allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern ist im Anschluss der vollständigen Seminarteilnahme die Durchführung von Unterweisungen und Vorträgen im Bereich zahnärztliche Ergonomie möglich.

Dauer und Umfang

- 3 Tage Präsenzunterricht mit 24 Unterrichtseinheiten á 45 Minuten,
- Selbststudium nach dem Präsenzkurs.

men (nicht anwinkeln wie beim Joggen), lockeren Schultern und großen Schritten mit mittelhoher Frequenz. Mit dieser Form des schnellen Walkens kommen Sie auf sinnvolle Herzfrequenzen von 120–140 Schlägen pro Minute und damit in den idealen Bereich zur Erhaltung der kardiopulmonalen Leistungsfähigkeit und Fettverbrennung. Aber Sie dürfen natürlich auch radeln, joggen, schwimmen usw. Grundsatz: Sei aktiv und halte Dich korrekt, bei allem was Du tust. Und sollte Ihnen etwas wehtun, ist die Methode JUST-FIVE vielleicht die Lösung dazu.

Literatur

1. Just M. Körperschule – Entspannung – Haltung – Bewegung. Ein Leitfaden für einen gesunden Rücken. Forchheim: Diavolo, 1994.
2. Scheuch K. Psychosoziale Faktoren im Arbeitsprozess und Gesundheit. Z Ges Hyg 1990;36:403.
3. Just M. Die 5 Säulen der Ergonomie, Herne: zmf, 2011;8.
4. von Quast C. Streß bei Zahnärzten, Institut der deutschen Zahnärzte, Band 17,61f.
5. Rohmert W, Mainzer J, Zipp P. Der Zahnarzt im Blickfeld der Ergonomie, Institut der deutschen Zahnärzte. Berlin: Deutscher Ärzte-Verlag, 1988;Band 4:13ff.,39.
6. WHO, Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung, 1986.
7. Gesundheit durch Bewegung fördern. Empfehlungen für Wissenschaft und Praxis. Landesinstitut für Gesundheit und Arbeit des Landes Nordrhein-Westfalen Düsseldorf 2011:18ff.
8. Just M, Hilger R. Rückenschule für das zahnärztliche Team, Korrekte Arbeitshaltung, gezielter Ausgleich bei Belastung. Stuttgart: Thieme, 2001.
9. Just M, Jungkunz W. Schmerz lass nach. JUST-FIVE – das Programm zur Selbsthilfe bei Wirbelsäulen-, Gelenk- und Muskelbeschwerden. Wiesbaden: Universum, 2012.
10. NASA-Studie: Trampolintraining ist nicht zu toppen. J Appl Physiol Respir Environ Exerc Physiol 1980;49:881–887.

Abbildungsnachweis:

Abb 2: Uwe Natterer
alle anderen Bilder: Manfred Just

Erstveröffentlichung im Quintessenz Team Journal 12/2016.



Manfred Just

Just-Institut für Gesundheit und Management
Am Ries 6
91301 Forchheim
Tel.: +49 (0) 91 91 / 735 700
E-Mail: info@just-institut.de
www.just-institut.de



Hilfsangebote bei Abrechnung, Praxisführung & Co.

Die Anforderungen, die die Gesetzgebung an eine Zahnarztpraxis stellt, sind in den vergangenen Jahren massiv gestiegen. Ständig werden Zahnärzt/-innen und ihre Teams mit neuen Herausforderungen in allen Bereichen konfrontiert. Die Bewältigung dieser Aufgaben funktioniert nur perfekt, wenn das Praxisteam miteinander arbeitet und alle „Rädchen“ ineinandergreifen. Zum Glück gibt es zwischenzeitlich viele Möglichkeiten, sich von externen Unternehmen unterstützen zu lassen. Der nachfolgende Beitrag befasst sich mit einer Auswahl an Hilfsangeboten im Bereich der Abrechnung sowie der Praxisführung. Da das Portfolio sehr umfangreich ist, werden wir nur einzelne Bereiche beleuchten können.

Welche Hilfsmittel gibt es im Bereich der zahnärztlichen Abrechnung?

Die Abrechnung zahnärztlicher Leistungen ist ein hochkomplexer Bereich. Zahlreiche Regeln in den Bereichen BEMA, GOZ, GOÄ sowie ständige Neuerungen führen dazu, dass man schnell den Überblick verliert, was abgerechnet werden kann, wie dokumentiert werden muss und welche zeitlichen Regelungen existieren.

Bedauerlicherweise ist die zahnärztliche Abrechnung kein Bestandteil des Studiums. Zahnärzt/-innen sind aber auch Unternehmer und sollten sich schon aus betriebswirtschaftlichen Gründen mit dem Thema Honorargestaltung beschäftigen.

Ein klassisches Beispiel für die Komplexität des Systems war sicherlich die Einführung der Parodontitisbehandlung nach der S3-Leitlinie in den BEMA. In vielen Zahnarztpraxen bestehen heute noch zahlreiche Unsicherheiten, z. B. Fragen zur Terminierung der UPT-Strecke, zur Dokumentation sowie zu Besonderheiten bei der Abrechnung vulnerabler Patientengruppen und vieles mehr. Mit externer Hilfe können Abrechnungsprozesse optimiert und Honorarverluste vermieden werden.

Wo und in welchem Rahmen kann sich die Praxis durch externe Dienstleister unterstützen lassen?

Fortbildungen sind hier elementar. Ob in Form eines Seminars durch ein Fortbildungsunternehmen, eines Teamcoachings, eines Einzelcoachings oder eines Videokurses, hängt von der persönlichen Favorisierung ab. Erfahrungsgemäß sind Team- oder Einzelcoachings individueller auf die Praxis zugeschnitten als größere Veranstaltungen. Diese haben wiederum den Vorteil, sich mit Gleichgesinnten austauschen zu können. Jede Praxis sollte im Bereich der zahnärztlichen Abrechnung auch Nachschlagewerke mit umfangreichen Kommentierungen haben – ob in digitaler Form oder Printversion, hängt davon ab, wie viele Teammitglieder diese Hilfen nutzen. Digitale Tools haben den Vorteil, dass man bei vielen Anbietern für eine gewisse Zeit das Tool kostenlos auf Herz und Nieren prüfen kann. Somit hat man die Möglichkeit, auch das passende Angebot zu abonnieren.

Eine Investition in all diese Maßnahmen ist immer von Vorteil, da dadurch

eine höhere Rechtsicherheit entsteht, Regresse und Honorarverluste vermieden werden können.

Hilfsmittel in der Praxisführung

Unabhängig von der Abrechnung ist es sicherlich nicht immer einfach das „Unternehmen“ Zahnarztpraxis betriebswirtschaftlich erfolgreich zu führen. Erschwerend kommt hinzu, dass das zahnmedizinische Studium wichtige Bereiche wie Personalführung, Kommunikation im Team und mit den Patienten, Betriebswirtschaft etc. nicht enthält. Jede Zahnärztin bzw. jeder Zahnarzt muss sich diese Bereiche daher zusätzlich zum Studium aneignen. Welche wichtigen Säulen sollten hierbei Berücksichtigung finden?

Personalführung

Zufriedene und kompetente Mitarbeiter sind ein wichtiger Pfeiler einer Zahnarztpraxis. Daher gehört der Bereich der Mitarbeiterführung zu einer der wichtigsten Aufgaben niedergelassener Zahnärzt/-innen. Doch Führung will gelernt sein – hierzu bieten sich Seminare, Einzelcoachings und Mentorings an, in denen Praxisinhaber Fähigkeiten erlernen, die sie für diesen Bereich benötigen.

Häufig wird die Personalführung auch an eine kompetente Mitarbeiterin bzw. einen kompetenten Mitarbeiter in der Praxis übertragen. Hierbei sollte darauf geachtet werden, dass diese Person auch die benötigten Kompetenzen mitbringt bzw. sich diese durch Aufstiegs-



Bildquelle: Andrey_Popov/shutterstock.com

fortbildungen wie z. B. die Ausbildung zur Praxismanagerin aneignet. Solche Ausbildungen werden von vielen Fortbildungsakademien, aber auch von Zahnärztekammern angeboten.

Kommunikation

Ein weiterer Erfolgsfaktor für die Praxis ist eine gute und wertschätzende Kommunikationskultur im Team und mit den Patienten. Hierzu gehören unter anderem aktives Zuhören, konstruktives Feedback geben, Mitarbeitergespräche führen etc.

Mit dieser Thematik sollten sich sowohl Zahnarzt/-innen als auch das gesamte Team beschäftigen, um gemeinschaftlich eine wertorientierte Kommunikationskultur entwickeln und auch praktisch anwenden zu können. Diese Maßnahme führt zu deutlich höherer Zufriedenheit im Team und bei den Patienten und sichert somit den wirtschaftlichen Erfolg der Praxis.

Betriebswirtschaft

Zahnarzt/-innen sind Unternehmer und dürfen gerade in Zeiten der Inflation, gestiegener Energie-, Material- sowie sonstiger Investitionskosten die betriebswirtschaftliche Situation der Praxis nicht aus den Augen verlieren.

Hierbei unterstützt unter anderem der Steuerberater der Praxis – hierbei sollte man erfahrungsgemäß darauf achten, dass dieser mit der speziellen Thematik „Steuer in der Zahnarztpraxis“ vertraut ist und die Praxis kompetent beraten kann. Auch dentale Unternehmensberater können in diesem Bereich sehr hilfreich sein.

Auch im Bereich der zahnärztlichen Abrechnung sollte die betriebswirtschaftliche Kalkulation des zahnärztlichen Honorars immer berücksichtigt werden. Hier gilt es, die wichtigen Kennzahlen wie z. B. den betriebswirtschaftlichen Stundenhonorarumsatz zu kennen.

Qualitätsmanagement

Ein gutes Qualitätsmanagement (QM) dient der kontinuierlichen Sicherung und

Verbesserung der Patientenversorgung und der Praxisorganisation. Aus diesen Gründen ist es wichtig, dass sich die Praxis intensiv mit diesem Thema befasst. Prozesse können auch hier durch externe Unternehmen optimiert, verbessert und weiterentwickelt werden.

Die Weiterbildung eines Teammitglieds zur QM-Beauftragten ist sehr sinnvoll – solche Fortbildungsangebote findet man bei Akademien, die sich auf Heilberufe spezialisiert haben.

Selbstverständlich besteht auch die Möglichkeit, ein auf die Praxis angepasstes QM durch externe Firmen entwickeln zu lassen. Dieses sollte aber immer das Ziel haben, dass die Praxis das QM selbst weiterentwickeln und auch leben kann.

Hygiene

Hygienisches Arbeiten ist für jeden, der in der Zahnarztpraxis tätig ist, eine Selbstverständlichkeit. Doch so klar die Vorstellungen von Hygiene auch sein mögen, die Schwierigkeit steckt im Detail. Hier sind exakte Vorschriften und Richtlinien zu erfüllen und perfekt zu dokumentieren, sodass im Fall einer behördlichen

Begehung auch nachgewiesen werden kann, dass die Praxis alle Auflagen erfüllt hat.

Qualifizierte externe Unternehmen unterstützen die Praxis von der Einrichtung bis zur Erfüllung aller Maßnahmen. Die Praxis kann somit viel entspannter einer behördlichen Begehung entgegensehen.

Sinnvoll ist auch die Ausbildung einer Mitarbeiterin bzw. eines Mitarbeiters zum Hygienemanagementbeauftragten. Hierbei sollte darauf geachtet werden, dass es sich um eine qualifizierte Ausbildung (z. B. mit IHK-Zertifikat) handelt.

Forderungsmanagement

Ein wichtiger Punkt ist auch die Gestaltung des Forderungsmanagements. Die Praxis kann den Zahlungsverkehr entweder eigenständig durch eine gute Praxisverwaltungssoftware abwickeln oder sich

auch hier von einem externen Partner Hilfe holen.

Kompetente Factoringunternehmen entspannen diesen Bereich deutlich. Zwar zahlt man eine Gebühr für diese Tätigkeit, diese gewährt aber auch, dass die Liquidität dauerhaft gegeben ist.

Ein weiterer Vorteil der Zusammenarbeit mit einem Factoringunternehmen ist, dass die Praxis den Patienten eine Teilzahlungsmöglichkeit anbieten (häufig bis zu einer bestimmten Anzahl der Raten zinsfrei) und somit hochwertige zahnärztliche Versorgungen anbieten kann.

Bei vielen Unternehmen ist auch der Schriftwechsel mit privaten Krankenversicherungen und Beihilfestellen inkludiert. Alles in allem führt dies zu einem deutlich geringeren Verwaltungsaufwand in der Praxis.

Die Liste der wichtigen Punkte für eine Zahnarztpraxis könnte endlos fortgeführt werden.

Fazit

Es ist absolut empfehlenswert, bei den vielen Aufgaben, die das Praxisteam zu stemmen hat, auf die Expertise von externen Unternehmen zu vertrauen.



Sabine Schmidt

Deutsche Fortbildungsakademie
Heilwesen GmbH & Co. KG
Ludwig-Erhard-Allee 24
76131 Karlsruhe
E-Mail: ssc@dfa-heilwesen.de

EINFACH BRILLANT MEISTERWERK IN ZWEI BÄNDEN



Pascal Magne | Urs C. Belsler

Biomimetische Restaurative Zahnheilkunde

2., überarbeitete und erweiterte Auflage 2023

2 Bände im Hardcover im Schuber, 888 Seiten, 2.500 Abb., Artikelnr. 23490

Einführungspreis € 300,- (gültig bis 31.10.2023, danach € 380,-)

Diese Neuauflage hebt die ästhetische Rekonstruktion von Zähnen wissenschaftlich wie praktisch auf ein neues Niveau. Das Buch bietet dem Lesenden alle wünschenswerten Informationen zur Indikationsstellung, zu den klassischen Arbeitsschritten der Präparation, Zahntechnik, CAD/CAM-Fertigung und adhäsiven Befestigung sowie zur Nachsorge und Erhaltung der Restaurationen. Dieses große Buch eines Meisters und wahren Künstlers wird ohne Zweifel alle seine Leserinnen und Leser zu höchster Qualität anregen und inspirieren.



NEU



[www.quint.link/
biomimetische-restaurationen](http://www.quint.link/biomimetische-restaurationen)



buch@quintessenz.de



+49 30 76180-667

QUINTESSENZ PUBLISHING

Neues aus dem Vorstand

Bei strahlendem Sonnenschein mit Blick auf den Erfurter Dom haben unsere Mitgliederversammlung und unser HTS – der jährliche Dentista-Kongress – im Juni in Thüringens Landeshauptstadt stattgefunden.

Den teilnehmenden Mitgliedern konnten wir in diesem schönen Rahmen die ersten Ergebnisse unserer neuen Imagekampagne präsentieren und ihnen einen Einblick in die neue Mitgliederverwaltung geben, die den Mitgliedern künftig die erleichterte Möglichkeit zum Netzwerken und Austausch geben wird.

Endlich wurden die ersten Ergebnisse unserer Arbeit der letzten Monate sichtbar. Auch die Website hat ein neues Design und wir freuen uns sehr, dass die anwesenden Mitglieder so begeistert von allen Neuerungen waren.

Zudem haben wir über unsere Aktivitäten und Kooperationen berichtet und unsere drei neuen Paten vorgestellt: Die DAISY Akademie, SDS und Komet sind als Unterstützer mit an Bord und bieten zusätzlichen Mehrwert für unsere Mitglieder. Mit DGKIZ und der Gesellschaft für Sportzahnmedizin sind neue Kooperationen entstanden und wir unterstützen uns gegenseitig. Ich freue mich besonders, dass wir mit Greenviu einen Kooperationspartner haben, der sich wissenschaftlich mit dem Thema Nachhaltigkeit auseinandersetzt.

Da unsere bisherige Schatzmeisterin Dr. Sarah Schneider ihr Amt niedergelegt hat – der ich an dieser Stelle im Namen des Vorstands unseren herzlichen Dank aussprechen möchte – stand auf der Mitgliederversammlung eine Neuwahl an. Einstimmig gewählt wurde Reyhaneh Kohistani, die

von nun an den Dentista Vorstand unterstützen wird. Wir gratulieren zur Wahl und freuen uns auf die Zusammenarbeit.

Das HTS-Wochenende stand unter dem Motto „Die digitale Zahnärztin“. Es gab viele spannende Vorträge rund um dieses Thema, eine Führung durch die Horchgänge in der Zitadelle Petersberg und ein fantastisches Abendessen mit regem Austausch unter den Kolleginnen.

Nach weiteren Workshops am Sonntag sind am frühen Nachmittag alle mit Lunchbags für den Heimweg ausgestattet worden und konnten durch unseren neuen Slogan „Mehr Power von :innen“ inspiriert in die neue Woche starten.

Wir wünschen euch nun eine schöne Sommerzeit. Nutzt die Gelegenheit und hört in den Praxisflüsterer Podcast Staffel 10 rein. Gemeinsam stellen wir Powerfrauen der Dentalbranche vor. Viel Spaß beim Hören und natürlich viel Spaß beim Lesen dieser Ausgabe.

Eure Präsidentin



Eure Präsidentin
Dr. Rebecca Otto

Dentista bedankt sich für die Unterstützung der Verbandsarbeit herzlich bei seinen Paten:



Regionalgruppen



Kleine aber feine Stammtischrunde in Düsseldorf.

Der aktive Erfahrungsaustausch unter Kolleginnen ist eines der primären Ziele von Dentista. Um Ihnen eine möglichst unkomplizierte Möglichkeit hierfür zu bieten, haben wir deutschlandweit Regionalgruppen gebildet, deren Leiterinnen Stammtische organisieren – ob in entspannter Atmosphäre beim gemeinsamen Abendessen oder als Fortbildungsveranstaltungen zu verschiedenen Schwerpunktthemen. Alle interessierten Kolleginnen sind herzlich zu den Treffen eingeladen (kostenlose Teilnahme, Verzehr auf eigene Kosten). Aktuelle Termine: www.dentista.de/veranstaltungen.

Eine Übersicht der derzeit bestehenden Regionalgruppen gibt es hier: www.dentista.de/regionalgruppen. Sie sind am Austausch mit Kolleginnen interessiert, aber bei Ihnen in der Umgebung gibt es noch keine Regionalgruppe? Dann schreiben Sie uns gerne an info@dentista.de.

Wir bedanken uns bei allen Regionalgruppenleiterinnen herzlich für ihr Engagement und die Organisation der Stammtische!

Dentista Akademie

In der Dentista-Akademie stellen wir Fortbildungsangebote von Mitgliedern und Akademiepartnern vor. Weitere Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen sowie weitere Veranstaltungstipps gibt es unter www.dentista.de/veranstaltungen.

Anstehende Stammtischtreffen

Ostwestfalen-Lippe: Dentista-Treffen in Bielefeld

Termin: Donnerstag, 7. September 2023, 19 Uhr
Ort: Kachelhaus, Hagenbruchstr. 13, 33602 Bielefeld
Kontakt: Ulrike Otten, vdzae-dentista-wl@gmx.de

Niedersachsen: Stammtisch in Hannover

Termin: Mittwoch, 13. September 2023
Kontakt: Dr. Jennifer Rublack, j.rublack@mkg-kirchrode.de

Nordrhein-Westfalen: Nächstes Treffen in Düsseldorf

Termin: Mittwoch, 13. September 2023
Kontakt: Reyhaneh Kohistani, rk@kokonzept.dental

Berlin: Stammtisch-Treffen

Termin: Donnerstag, 14. September 2023
Ort: Vaporetto, Albrechtstr. 12, 10117 Berlin
Kontakt: Alexandra Habel, info@dentista.de

Emsland: Stammtisch in Lingen

Termin: Freitag, 15. September 2023
Ort: Grüner Jäger, Schüttorfer Str. 88, 49808 Lingen (Ems)
Kontakt: Ariane Pieper, ariane.palme@gmail.com

Baden-Württemberg: CEREC-Stammtisch in Stuttgart

Termin: Montag, 25. September 2023
Kontakt: Dr. Amely Hartmann, amelyhartmann@web.de

DentBeratung: Einzigartige Seminar-Angebote

In den beliebten Seminaren unseres Beirats für Praxisgründung und -abgabe Thomas Kirches (DentBeratung) geben ausgewählte Referenten in Vorträgen, Workshops und persönlichen Gesprächen ihr Wissen an die Teilnehmer/-innen weiter.



PraxisAbgeber-Seminar in Köln

Termin: 26. August 2023

PraxisGründer-Seminar auf Mallorca

Termin: 28. September–01. Oktober 2023

Dental Cruise – Fortbildung auf hoher See

Termin: 13.–20. November 2023

Infos & Anmeldung: www.dentberatung.de/
info@dentberatung.de

IFG: Dental Spezial Seminar

Beim 1. Dental Spezial unseres Kooperationspartners IFG werden den Teilnehmer/-innen zahlreiche Workshops und Vertiefungsseminare renommierter und junger Referent/-innen geboten. Daneben kommt der Spaßfaktor nicht zu kurz – hier werden Fortbildung und Freizeit auf perfekte Weise in Einklang gebracht.

Termin: 06./07. Oktober 2023

Ort: Maritim Airport Hotel Düsseldorf, Maritim-Platz 1, 40474 Düsseldorf

Swiss Dental Solutions: Joint Congress for Ceramic Implantology

Beim 3. JCCI unseres Kooperationspartners Swiss Dental Solutions stehen weltweit führende Referent/-innen im Bereich der Keramikimplantate auf der Bühne. Highlight: Die teilnehmenden Keramik-Implantatanbieter werden ihr System und ihre Produkte in Live-OPs aus der angegliederten SWISS BIO-HEALTH CLINIC übertragen – in Full HD über 5 verschiedene Kameras. Die Teilnahme ist sowohl online als auch in Präsenz mit Abendveranstaltung möglich.

Termin: 13./14. Oktober 2023

Ort: Konstanzerstr. 11, 8280 Kreuzlingen (Schweiz)

Weitere Infos: www.joint-congress.com

NEUE GRUPPE Jahrestagung: „Interdisziplinäre Therapie bei schwerer Parodontitis“

Unser Kooperationspartner NEUE GRUPPE lädt zu ihrer 57. Jahrestagung in Düsseldorf ein. Sie wird ganz im Zeichen der interdisziplinären Therapie parodontal schwer vorerkrankter Patienten (Stadien III und IV) stehen. 14 national und international sehr renommierte Referentinnen und Referenten aus dem In- und Ausland, von denen viele auch an der Erarbeitung der aktuellen S3-Leitlinien zu diesem Thema mitgewirkt hatten, werden den Teilnehmer/-innen wichtige Aspekte der interdisziplinären Behandlungsstrategie in 5 Themenblöcken nahebringen. Für Dentista-Mitglieder gelten vergünstigte Konditionen.

Termin: 16.–18. November 2023

Ort: Hotel Kö 59, Königsallee 59, 40215 Düsseldorf

Infos & Anmeldung: www.neue-gruppe.com

Komet Dental: EndoFIT Kursangebot

Das Angebot von Produkten am Markt ist bisweilen undurchsichtig – Hier setzen die EndoFIT Kurse an, in denen den Teilnehmer/-innen step by step gezeigt wird, mit welchen Instrumenten aus dem Sortiment unseres Paten Komet die einzelnen Schritte der Wurzelkanalbehandlung schnell, effizient und sicher durchgeführt werden können.

Weitere Infos, Orte & Termine: <https://endofit.azurewebsites.net>

Zukunftskongress 2023

Fortbildungsinhalte online verfügbar

Der diesjährige Zukunftskongress Beruf und Familie – organisiert von BZÄK, BdZA und Dentista – fand Mitte Juni im Rahmen des Deutschen Zahnärztetages in Hamburg statt und erfreute sich wieder großer Beliebtheit. Neben dem Thema Digitalisierung und Abrechnung wurden auch die Gründe für Berufszufriedenheit analysiert und die Vorteile von Landzahnarztpraxen herausgearbeitet.

Die Vorträge drehten sich um die Themen Praxisgründung, Nachhaltigkeit, Mitarbeiter/-innenbindung, Abrechnung und Digitalisierung.

Im ersten Vortrag des Vize-Präsidenten der Bundeszahnärztekammer und Präsidenten der ZÄK Hamburg Konstantin von Laffert „Wo die glücklichen Zahnärzte/-innen arbeiten“ ging es um Berufszufriedenheit und wo bzw. wie man sie findet. Anschließend gab Herr Dr. Striebe einen Einblick in die optimale Abrechnung und verriet, welche (zu) wenig genutzten GOZ-Positionen wo verwendet werden sollten, welche Steigerungsfaktoren möglich sind und warum. Es folgte ein Bericht des BdZA über die Praxisgründung im ländlichen Raum und Dentista-Mitglied Miriam Bohlius erzählte von ihren Erfahrungen auf dem Weg in die Niederlassung. Frau Dr. Brehmer stellte das Thema Nachhaltigkeit und Mitarbeiterinnenbindung vor. Zum Abschluss hielt Herr Dr. Heckner, Vorsitzender des Verbands der Dental Softwaresysteme, einen Vortrag darüber wo er in Zukunft die Möglichkeiten der Digitalisierung durch Dentalsoftwaresysteme sieht.

Die Vorträge stehen auf der gemeinsamen Homepage von BdZM, BdZA und BZÄK für einen begrenzten Zeitraum kostenfrei zur Verfügung: www.berufskunde2030.de



Im Interview: Rechtsanwältin Carolin Niedermeier

Sie haben Ihre Kanzlei Niedermeier Legal im oberbayerischen Königsdorf gegründet. Wollten Sie schon immer Rechtsanwältin werden oder wie kam es zu der Entscheidung?

Ehrlicherweise wird diese Antwort keine romantische Liebesgeschichte und es ist damit auch kein Mädchentraum in Erfüllung gegangen. Ich hatte mich am Gymnasium damals aus Interesse für den Leistungskurs „Wirtschaft und Recht“ entschieden. Als es dann um die Entscheidung ging, wie es weitergehen soll, habe ich mich davor gedrückt als Nicht-Akademiker-Kind Jura zu wählen. Aber wie das Leben so spielt, wurde es nach einem kurzen Umweg eben doch Jura. Im Studium stand für mich eigentlich nie zur Debatte, ob ich innerhalb der Juristerei einen anderen Weg einschlagen soll. Es hätte ja auch andere Möglichkeiten wie die Justiz oder die Verwaltung gegeben. Heute glaube ich, mich hat es unbewusst zum freien Beruf hingezogen. Und dem bin ich, ohne groß darüber nachzudenken, gefolgt.

Sie haben sich auf den Schwerpunkt Arbeitsrecht spezialisiert. Was hat Sie an diesem Gebiet am meisten fasziniert bzw. was macht es für Sie besonders interessant?

Jura ist, seit ich in dem Beruf auch wirklich arbeite, für mich immer dann interessant, wenn es „menschelt“. Und davon mangelt es im Arbeitsrecht ja zum Glück nicht. Ich bin davon überzeugt, dass wir die allermeisten Rechtsstreitigkeiten auch im Arbeitsrecht gar nicht bräuchten. Wenn es schiefeht, dann passiert das meist schon viel früher und an anderer Stelle. Dann scheint die Lösung des Konflikts oft nur noch über ein Gericht möglich zu sein. Meiner Meinung nach sind Kommunikation und sich vorher Gedanken machen, der Schlüssel. Dann sind gute Strukturen und ein Miteinander möglich. Das beginnt schon lange vor dem ersten Gespräch zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmer. Idealerweise mündet das dann in einem Arbeitsvertrag, der passt, den alle verstehen und der widerspiegelt, was beide Parteien für die Zusammenarbeit möchten. Denn genau darum geht es: zusammen zu arbeiten. Das bedeutet in meinen Augen selbstverständlich auch, dass man sich, wenn es doch nicht passt, auch ohne böses Blut wieder voneinander trennen kann. Und das hat eben nicht nur mit dem Recht an sich zu tun, sondern mit den Menschen und wie sie miteinander umgehen. Und für mich liegt genau darin der Spaß, auch wenn das leider in der Praxis nicht immer so aussieht. Aber ich hoffe weiter und arbeite auch mit diesem Ziel im Blick.

Sie waren sowohl in kleinen als auch in Großkanzleien tätig – Warum haben Sie sich letztendlich für die Niederlassung mit Ihrer eigenen Kanzlei entschieden?

Ich habe mich als angestellte Anwältin in unterschiedlichen Kanzleien ausprobiert und habe die Chancen genutzt, die sich mir boten, um unterschiedliche Strukturen kennenzulernen. Das hat auch lange Spaß gemacht. Meinen Interessen jenseits von Jura nachzugehen, war allerdings in der Anstellung so nicht möglich. Daher der Schritt in die Selbständigkeit. Mir ist es wichtig, Herrin über meine Zeit und meinen Terminkalender zu sein. Außerdem kann ich jetzt Jura und alles andere so machen, wie es zu mir passt, unabhängig von einer vorgegebenen Struktur eines Arbeitgebers.

Was gefällt Ihnen heute an Ihrem Beruf ganz besonders? Und was macht ihn für Sie manchmal auch anstrengend?

Besonders gefällt es mir, wenn ich früh eingebunden werde und ein echter Ansprechpartner für meine Mandanten sein darf. Da darf es auch sehr gerne „menscheln“ und mal emotional werden. Arbeitsrecht ist für mich vor allem Prävention und Grundlage für ein gutes Miteinander. Ich lege großen Wert darauf, meine Mandanten/-innen zu begleiten und dann auch inhaltlich abzuholen. Nicht alles, was man regeln kann, muss man auch regeln. Andererseits gibt es Dinge, auf die man aus unternehmerischer Sicht nicht verzichten sollte. Hier habe ich die meiste Freude – mitgestalten zu dürfen und eine Lösung zu erarbeiten, die einfach passt.

Anstrengend wird es für mich immer dann, wenn das Kind schon in den Brunnen gefallen ist. Wenn dann insbesondere auf Arbeitgeberseite auch nicht mehr viel zu holen ist, ist das auch für mich immer sehr bedauerlich. Der Überbringer schlechter Nachrichten zu sein, macht schlicht keinen Spaß und man wird schnell zur „Buh-Frau“. Ich habe aber das große Glück ganz überwiegend tolle Mandanten/-innen zu haben, die schon früh mit ihren Fragen zu mir kommen. Und wenn es doch mal zu spät ist und nicht mehr viel geht, nehmen sie es so, wie es ist und haben Lust, es in der Zukunft besser zu handhaben. Wir gestalten dann neu – und dann ist es auch wieder mit Freude verbunden.

Für Dentista und unsere Mitglieder sind Sie auch Hauptansprechpartnerin und Expertein zu Fragen rund um die Themen Schwangerschaft und Beschäftigungsverbot. Wie kam es dazu? Welche Fragen erreichen Sie hier besonders häufig?



Gibt es allgemeine Hinweise bzw. Ratschläge, die Sie gerade angestellten Zahnärztinnen bzgl. der Familienplanung mit auf den Weg geben möchten?

Das kam, wie so vieles in meinem (Berufs-)Leben, so auf mich zu. Durch meine Tätigkeit für Zahnarztpraxen war das Thema immer wieder präsent. Daher hatte ich mich auch einfach damit zu beschäftigen. Weil es hier viel Unsicherheit auf beiden Seiten gibt, habe ich mich des Themas dann intensiv angenommen, um hier für alle Seiten mehr Klarheit und Entspannung zu schaffen.

Aktuell habe ich die meisten Beratungen in dem Bereich rund um das Still- Beschäftigungsverbot. Hier ist Bewegung im Thema seit dem Urteil aus Baden-Württemberg im August 2021. Daraus resultierend ist die Unsicherheit auf Arbeitnehmer- und Arbeitgeberseite groß.

Für angestellte Zahnärztinnen habe ich nur einen Rat und der kommt von Herzen: So früh wie möglich, also schon mit der Familienplanung informieren und ggf. eine Beratung in Anspruch nehmen. Schlicht um rechtzeitig die Optionen auszuloten und wenn es konkret wird, ein möglichst offenes Gespräch mit dem Arbeitgeber bzw. der Arbeitgeberin zu suchen. Die meisten Konflikte entstehen auch hier aus der mangelnden Information, den daraus entstehenden Ängsten und der fehlenden Kommunikation – auf beiden Seiten.

Sehen Sie Möglichkeiten, das Thema Schwangerschaft in den Praxen positiv zu besetzen?

Ja, unbedingt. Vielleicht stempelt man mich jetzt als Träumerin ab, aber ich bin davon überzeugt, dass das geht. Dafür muss das Drumherum allerdings allen klar und auch geregelt sein. Dazu gehört umfassende Information vorher, ein Konzept/Fahrplan in den Praxen und eine klare Kommunikation mit dem gesamten Team und der jeweiligen Mitarbeiterin. Gerade Arbeitgeber/-innen sind da in der Pflicht sich frühzeitig mit dem Thema auseinanderzusetzen, sich zu informieren und ggf. beraten zu lassen. Dann kann dem Thema Schwangerschaft in der Praxis vor allem für sie der Schrecken genommen werden. Ziel sollte es doch sein, dass sich alle für und mit der schwangeren Mitarbeiterin freuen können.

Sie sind Legal & Business Coach und Mitgründerin von my ment health gym. Erzählen Sie uns ein wenig darüber?

Sehr gerne, denn das ist mein Herzensprojekt. Ich bin ein vielseitig interessierter Mensch und mag es, wie schon gesagt, wenn es menschelt. Zudem sind Persönlichkeitsentwicklung und Arbeit mit sich selbst für mich seit meiner Jugend mein treuer Begleiter. Ich weiß aus eigener Erfahrung, dass das nicht immer ein Spaziergang ist, aber auch, welchen Mehrwert das für jede/-n Einzelne/-n mitbringt.

Nachdem ich mich selbst nach Jahren der Anstellung einer radikalen Überprüfung und Neuausrichtung unterzogen habe, passierte es wieder, dass etwas Neues in mein Leben trat. Alex Volz rief mich an, und stellte mir seine Idee vor. Durch meine Selbständigkeit war es mir dann möglich, hier einen neuen Weg zu gehen. Ich habe mein gesammeltes Wissen und meine Erfahrungen in der Persönlichkeitsentwicklung um eine Coaching-Ausbildung erweitert und so gibt es heute my ment health gym. Gerade als Selbständige im medizinischen Bereich ist die Belastung hoch. Das Behandeln an sich, ist der Erfahrung nach noch am wenigsten belastend. Daneben aber noch Unternehmertum, Führungsaufgaben und das eigene Privatleben zu wuppen, kann schon massiv herausfordernd sein. Dass man selbst da vielleicht hinten ansteht oder sogar auch ganz hinten runterfällt, ist etwas, das leider vor allem, aber natürlich nicht nur, Frauen betrifft. In der Folge führt das zu Überlastung und der Spaß kann komplett verloren gehen. Das – und erst recht ein Burn-Out – muss aber nicht sein. Wir haben es uns daher zur Aufgabe gemacht, unseren Teilnehmer/-innen das Werkzeug an die Hand zu geben, das sie brauchen, um wieder mit sich selbst in Kontakt zu kommen. Zu lernen, worauf es ankommt, um gerade nicht auszubrennen oder sich zwischen den Aufgaben aufzureiben. In 12 Wochen bringen wir dieses Handwerkszeug Schritt für Schritt unseren Teilnehmer/-innen nahe. Dafür bieten wir 10 Live Gruppen-Calls zu den Bereichen Reflektion, Transformation und vor allem Umsetzung im eigenen Leben. Wir beschäftigen uns unter anderem mit den jeweiligen Bedürfnissen und Emotionen. Aber auch damit, was Stress ist, was er mit uns macht, wie wir herausfordernde Situationen souverän meistern und wie ein Alltag für jede/-n Einzelne/-n individuell aussehen muss, damit er passt. Daneben gibt es weitere Videos, Unterlagen und Übungen, die sich unsere Teilnehmer/-innen Stück für Stück erarbeiten, um wieder mehr zu sich kommen. Natürlich werden sie auch durch Q&As und Einzeltermine über den gesamten Zeitraum begleitet. Ziel ist es, ein Bild dafür zu entwickeln, was jede/-r individuell wirklich braucht, um gesund und leistungsfähig zu sein. Darüber hinaus werden unsere Teilnehmer/-innen am Ende des Coachings nicht nur einen Plan zur Umsetzung haben, sondern auch schon die ersten Schritte gegangen sein.

Warum macht Selbstfürsorge und mentale Gesundheit in Ihren Augen Sinn? Sollte Ihrer Meinung nach jede/-r ein diesbezügliches Coaching bzw. Unterstützung auf dem Gebiet in Anspruch nehmen?

Ganz einfach: Wir müssen uns selbst um uns und unsere Bedürfnisse kümmern – niemand anderes wird dies übernehmen! Das ist die Verantwortung, die jede/-r von uns für sich selbst hat. Das vergessen wir gerne, weil wir ja auch für andere da sein wollen, etwas leisten wollen und glauben, dass das so sein



muss. Wir neigen dazu, es anderen recht machen zu wollen und vergessen uns dabei manchmal selbst. Ich persönlich kann davon ein Lied singen, glauben Sie mir. Trotz vieler Jahre, in denen ich mich mit Persönlichkeitsentwicklung beschäftigt habe, ist es auch mir passiert, dass ich mich eine Zeit lang von außen habe leiten lassen und plötzlich dastand und mich fragte: Will ich das? Ist das richtig für mich? Nur hatte ich zu dem Zeitpunkt glücklicherweise das Werkzeug, das erforderlich war, um eben nicht in den Burn-Out zu rutschen. So war es mir möglich, meinen Alltag und mein Leben wieder so aus eigener Hand zu gestalten, wie es für mich passte. Daher halte ich es für unerlässlich, diese Werkzeuge zu erlernen. Und das möglichst bevor nichts mehr geht. Das heißt nicht, dass es nie wieder Phasen geben wird, in denen es mal schwerer ist. Wichtig ist, dass ich weiß, was ich zu tun habe und was ich brauche, um wieder zurück in meine Kraft zu kommen. An dieser Stelle fällt mir immer wieder meine Mutter ein, die mir schon früh sagte: „Du brauchst nicht zu glauben, dass du im Leben von Gipfel zu Gipfel springen kannst – Du musst auch durch die Täler durch. Wenn du aber weißt, was du brauchst, um da durchzukommen, werden die Täler von Mal zu Mal weniger tief und alles wird leichter“. Und sie hatte recht!

Um jetzt noch den Bogen zu den Zahnärztinnen zu schlagen: Selbstfürsorge und das Erlernen der Werkzeuge, um die mentale Gesundheit langfristig möglich zu machen, ist wie die 01 samt PZR mehrmals im Jahr: Dringend zu empfehlen, wenn es nicht absolut schmerzhaft und eklig werden soll!

Daher ja: Jeder sollte diese Angebote, in welcher Form auch immer, in Anspruch nehmen und sich auch jemanden zur Unterstützung holen. Wir Menschen sind soziale Wesen und brauchen ein Gegenüber, um uns selbst wirklich klar zu sehen. Meiner Meinung nach ist es außerdem Unsinn zu meinen, immer alles allein und selbst machen zu müssen und zu können. Auch wenn wir uns das selbst sehr gerne immer wieder erzählen! Zum Glück ist es ja so, dass es langsam salonfähig ist, sich damit zu befassen, und zwar ganz generell.

Haben Dentista-Mitglieder Vorteile, wenn Sie an einem Programm von my ment health gym teilnehmen?

Neben den Vorteilen, die sich für jede Teilnehmerin selbst daraus ergeben, gibt es für Dentista-Mitglieder eine Vergünstigung in Höhe von 20 %. Diese ist über den Rabattcode „DENTISTA 2023“ zu bekommen, einfach bei der Buchung angeben.



Carolin Niedermeier

Rechtsanwältin
Niedermeier Legal
Höckstraße 12
82549 Königsdorf
08179 / 929 715
E-Mail: cn@niedermeier-legal.de
www.niedermeier-legal.de

Nachbericht: HTS 2023 in Erfurt

Ende Juni fand das diesjährige Hirschfeld-Tiburtius-Symposium bei strahlendem Sonnenschein im schönen Ambiente des Dompalais über den Dächern Erfurts statt. Diesmal drehte sich der Kongress unter dem Motto „Die digitale Zahnärztin“ rund um die Digitalisierung in der Zahnarztpraxis.

Den Einstieg in das Fachprogramm am Samstag gestaltete Dr. Amely Hartmann (Stuttgart) mit ihrem Vortrag zum Update in der digitalen Chirurgie. Hier warf sie gemeinsam mit den knapp 50 Teilnehmerinnen einen Blick in die Zukunft und zeigte aktuelle Trends in der Oralchirurgie und MKG auf. Außerdem befasste sie sich mit digitalen Planungen, der Belastungsreduzierung für Patienten sowie augmentativen Techniken.

Anschließend ging es bei Julia Vogt (Erfurt) um die Chancen der Telematik in der Praxis. Hier zeigte sie den Mehrwert auf, der bei optimaler Nutzung aller teilnehmenden Institutionen erzielt werden kann. Ihre Message: Bei allem Schimpfen und

Debattieren über das, was bei der TI noch nicht funktioniert, sollten wir uns doch an den positiven, bereits funktionierenden Elementen wie KIM, ePA und eRezept erfreuen.

Der Vortrag von Dr. Gertrud Fabel (München) trug den Titel „Single Visit Dentistry – Ein Beitrag zu mehr Nachhaltigkeit“. Sie klärte die Teilnehmerinnen darüber auf, dass digitale Behandlung in einer Sitzung nicht nur Vorteile für den Patienten hat, sondern bei Einführung eines gut strukturierten Terminplanes auch eigene Ressourcen sparen und gut für die Umwelt sein kann. Entscheidend für das Gelingen sind nicht nur die richtige Wahl der Geräte und Training im Umgang mit den Materialien, sondern auch eine überlegte Behandlungsabfolge sowie ein konsequentes Einarbeiten der Mitarbeiter/-innen. Dann kann gelingen, was wir alle uns wünschen: So viel Behandlung wie möglich mit einer einzigen Anreise, ein ruhigerer und geordneter, weniger stressiger Behandlungstag, entspannte Patienten und verringerte



Impressionen vom HTS 2023.

CO₂-Belastung durch Halbierung oder gar Drittelung der Termine.

Dem digitalen Wandel in der Kieferorthopädie, der sich seit den letzten Jahren in großen Schritten vollzieht, widmete sich Dr. Franca von Dörnberg. Sie gründete vor 7 Jahren eine der ersten vollständig digitalen KFO-Praxen in München. In ihrem Vortrag beleuchtete sie neben der digitalen Außenwahrnehmung einer kieferorthopädischen Praxis, auch den digitalen Workflow im Inneren, sowie die Entwicklung im gipsfreien und digitalen Eigen- und Fremdlabor. Die digitale Dokumentation in der Praxis wurde von Abrechnungsexpertin Sandra Rauh/Abrechnungsfuchs (Coburg) beleuchtet und Dr. Spring Liu (Zürich) beschäftigte sich abschließend in ihrem Vortrag mit dem interessanten Thema „Sex & Gender in Dentistry“.

Im Anschluss lud Dentista die Teilnehmerinnen zu einem Erlebnis der besonderen Art ein: Einer Funzelführung mit Taschenlampen in den Horchgängen der Zitadelle Petersberg, gefolgt von einem gemeinsamen Abendessen in schönem Ambiente zum Ausklang des Tages.

Am Sonntag ging das HTS-Programm mit einem Workshop-Angebot weiter, das viel positive Resonanz seitens der Teilnehmerinnen mit sich brachte. Diese konnten sich hier ihr individuelles Programm zusammenstellen: Die Themen waren breit gefächert und umfassten wissenschaftliches Arbeiten (Dr. Amely Hartmann), nachhaltige Praxis (Dr. Dr. Markus Tröltzsch/Greenviu), Stressbewältigung (Dr. Ute Stein) sowie Praxismarketing (Manja Krampe & Eric Zentgraf/ME Praxishelden). Im Anschluss waren die Teilnehmerinnen eingeladen, an einem Intensivworkshop für digitalen Workflow im Labor teilzunehmen und wurden dann mit Lunchbags für die Heimreise verabschiedet.

Fazit: Das HTS 2023 war geprägt durch seinen interaktiven Workshop-Charakter und seine familiäre Atmosphäre. Der

neue Slogan von Dentista „mehr Power von :innen“ wurde hier gelebt. Wir bedanken uns bei den Industriepartnern GERL Dental, CGM, Komet, Ivoclar und der ZA für ihre Unterstützung und Bereicherung des Symposiums.



Der Dentista-Vorstand (v.l.): Dr. Juliane von Hoyningen-Huene, Reyhaneh Kohistani, Julia Vogt, Dr. Rebecca Otto, Dr. Dana Adyani-Fard, Sabine Steding

Dentista Vorstand

Im Rahmen der Dentista-Mitgliederversammlung am Freitagabend vor dem HTS wurde Reyhaneh Kohistani aus Neukirchen-Vluyn (Nordrhein-Westfalen) einstimmig zur neuen Schatzmeisterin gewählt. Der Vorstandskreis gratuliert herzlich und freut sich auf die Zusammenarbeit.



Podcast: „Powerfrauen in der Dentalbranche“

In Staffel 10 des Podcasts „Der Praxisflüsterer“ geht es in Kooperation mit Dentista um „Powerfrauen in der Dentalbranche“. Zu Gast ist hier in jeder Folge eine Zahnärztin, mit der sich Christian Henrici (OPTI health consulting) über verschiedene Schwerpunktthemen unterhält. Bereichert werden die Episoden jeweils durch Fragen von Dr. Rebecca Otto, die den Gesprächsinhalt abrunden.



Gertrud Fabel

wie man eine Praxis sowohl digital als auch nachhaltig aufstellen kann, ohne das Streben nach Gewinn aus den Augen zu verlieren. Ihr Denken ist ganzheitlich und sie hat still, aber mit großer Wirkung, Pionierarbeit geleistet.

Episode 1 – Dr. Romy Ermler: Einblicke in die Arbeit der BZÄK



Romy Ermler

Dr. Romy Ermler ist Zahnärztin und die erste Frau im Präsidium der Bundeszahnärztekammer. Ursprünglich aus dem Erzgebirge stammend, hat sie in Berlin studiert und bereits 2005 ihre eigene Praxis in Potsdam eröffnet. Sie hat sich politisch früh engagiert und neben vielen zahnmedizinischen Fortbildungen

noch weitere Ausbildungen gemacht, darunter den Master of Economics & Health Management (MBA). Dr. Ermler ist heute als eine von drei obersten Lobbyistinnen für die Zahnmedizin in Deutschland unterwegs. Sie repräsentiert die Branche auf hohem Niveau und ist eine sehr reflektierte und überlegte Person.

Der Praxisflüsterer hat sich mit ihr intensiv über die Arbeit als Vize-Präsidentin der Bundeszahnärztekammer unterhalten, dabei auch spezifische und persönliche Fragen gestellt, die Dr. Rebecca Otto für uns übernommen hat.

Diese Episode bietet einen tiefen Einblick in die Arbeit der Bundeszahnärztekammer und deren Abgrenzung zur Landes-zahnärztekammer und KZBV.

Episode 2 – Dr. Gertrud Fabel: CAD-CAM Digitalisierung & Nachhaltigkeit

Dr. Gertrud Fabel aus München ist niedergelassene Zahnärztin in München und betreibt gemeinsam mit ihrem Mann eine Praxis, in der auch eine ihrer Töchter arbeitet. Dr. Fabel ist eine der Vordenkerinnen in digitalen Techniken wie Intraoralscans und CAD-CAM. Sie hat sich intensiv mit dem Thema Nachhaltigkeit auseinandergesetzt und tiefgründige Überlegungen angestellt,

Episode 3 – Dr. Kerstin Kladny: Die Zahnärztin als Bundeswehropionierin



Kerstin Kladny

Dr. Kerstin Kladny gehört zu den ersten Frauen, die als Sanitätsoffizierinnen bei der Bundeswehr angefangen haben. Sie hat sich dort erfolgreich für einen der zehn verfügbaren Plätze des Zahnmedizinstudiums qualifiziert, hat sich verpflichtet und ist Berufssoldatin geworden. Sie hat zahlreiche Auslandseinsätze absolviert, verschiedene Positionen bei der Bundeswehr innegehabt und arbeitet seit 2011 im Bundeswehrkrankenhaus in Ulm.

Diese Episode bietet einen spannenden Einblick in die Berufsmöglichkeiten für junge Zahnmedizinerinnen und Zahnmediziner bei der Bundeswehr. Dr. Kerstin Kladny spricht über die Vereinbarkeit von Familie und Beruf und räumt mit Vorurteilen auf. Sie öffnet die Augen für die vielfältigen Tätigkeitsbereiche der Bundeswehr, die weit über die Beschaffung von Munition hinausgehen.

Diese Episode bietet einen spannenden Einblick in die Berufsmöglichkeiten für junge Zahnmedizinerinnen und Zahnmediziner bei der Bundeswehr. Dr. Kerstin Kladny spricht über die Vereinbarkeit von Familie und Beruf und räumt mit Vorurteilen auf. Sie öffnet die Augen für die vielfältigen Tätigkeitsbereiche der Bundeswehr, die weit über die Beschaffung von Munition hinausgehen.

Episode 4 – Dr. Petra Volz: Aufbau einer Zahnarztmarke



Petra Volz

Dr. Petra Volz ist Zahnärztin aus Garmisch-Partenkirchen und ist unter anderem mit ihrem ungewöhnlichen Praxisnamen „fotzn’spangle-rei“ bekannt geworden. Sie hat eine Ausbildung zur ZFA gemacht und zunächst in dem Beruf gearbeitet. Über ihre Erfahrungen und wie sie diese geprägt haben sowie über die

Entwicklung des Berufsbilds der ZFA, spricht sie in dieser Episode. Außerdem geht es um ihren mutigen Entschluss, Zahn-



medizin zu studieren, als sie bereits auf die 30 zugeht mit all seinen Konsequenzen. Im Jahr 2019 gründete Dr. Petra Volz ihre eigene Praxis und übernahm 2021 eine zweite.

Sie berichtet, mit welchen Herausforderungen sie konfrontiert war und wie es ihr gelang, ohne finanzielle Investitionen eine wachsende Anzahl von Neupatienten/-innen zu gewinnen. Diese inspirierende Episode zeigt, dass es zu jeder Zeit möglich ist, große Veränderungen anzugehen und seine Träume zu verwirklichen.



Kerstin Finger

Episode 5 – Dr. Kerstin Finger: DDR, Alterszahnheilkunde & Bundesverdienstkreuz

Dr. Kerstin Finger ist Zahnärztin aus der ehemaligen DDR. Sie berichtet, warum sie sich damals für das Zahnmedizinstudium entschieden hat, obwohl Studierende der Zahnmedizin in der DDR dazu verpflichtet waren, nach ihrem Studium für drei Jahre in bedürftigen Regionen zu arbeiten.

Natürlich geht es auch um die Unterschiede zwischen dem System der DDR und der Bundesrepublik Deutschland, über Dr. Fingers Stasiakte und ihr Engagement in der Verbandsarbeit. Für ihr herausragendes Engagement in der Alterszahnmedizin wurde sie im Jahr 2022 mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet. Als Pionierin auf diesem Gebiet berichtet sie in dieser Folge über ihre Erfahrungen.

Diese und weitere Episoden:
<https://praxisfluesterer.podigee.io/archive>

Praxisgründung: „Traum – Idee – Selbstverwirklichung“

Vor allem Anfang steht ein bisschen Mut!

Dr. Nadine Voigt, Jena

Was hat dich dazu bewogen, dich für die Niederlassung zu entscheiden?

Tatsächlich hat mich mein stetig wachsender Wunsch nach Selbstverwirklichung und Autonomie in die Selbständigkeit geführt. Als gestandene Zahnärztin und Mutter von drei Kindern mochte ich mich irgendwann nicht mehr einem Chef unterordnen, sondern selbst meine „Frau stehen“ und mein eigenes Konzept umsetzen.

Hast du die Praxis neu gegründet oder übernommen? Wie lange hat der Prozess von der Idee der Niederlassung bis hin zur Praxiseröffnung gedauert?

Ich habe die Praxis komplett neu gegründet. Ein Großraumbüro im Zentrum von Jena wurde mit Hilfe meines Depots in eine Zahnarztpraxis umgebaut.

Von der ersten Idee bis zur Niederlassung dauerte es ca. 2,5 bis 3 Jahre.

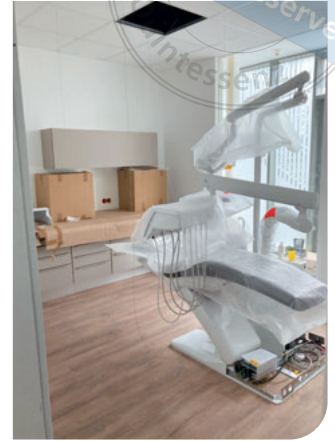


Empfangsbereich der Praxis Zähnerie.

Auf welchem Weg hast du die Praxisräume gefunden?

Ursprünglich hatte ich den Plan, eine Praxis zu übernehmen und so wurde die zeitliche Rahmensetzung durch die Vorstellung der Praxisabgeberin vorgegeben. Dabei habe ich allerdings gemerkt: Die alten Praxisräume wären viel zu klein. So reifte der

Der Umbauprozess: Blick in die zukünftigen Behandlungszimmer (links), Dr. Voigt inmitten der gestellten Pfosten für die zukünftigen Wände (Mitte), eines der Behandlungszimmer zwei Wochen vor der Eröffnung (rechts).



Plan, mit der alten Praxis in neue größere Räumlichkeiten zu ziehen mit dem Wunsch der personellen Sicherheit und Patientenübernahme. Allerdings wichen die Vorstellungen der Abgeberin extrem von der realen Umsetzbarkeit ab und trotz meiner Kompromissbereitschaft konnten wir nicht mehr zueinander finden. Da sollte man auch unbedingt auf sein Bauchgefühl hören: Was sich nicht gut anfühlt, das sollte man bleiben lassen.

Also unternahm ich mit viel Mut den großen Schritt: Neugründung im Zentrum einer Universitätsstadt! Die Suche der neuen Räume lief initiativ durch mich über Immobilienportale und Mithilfe einer riesigen Portion Glück.

Welche Art von Unterstützung und Beratung hattest du? Was davon war sinnvoll und worauf hättest du aus heutiger Sicht auch verzichten können?

Unterstützung und Beratung erhielt ich dank des Dentista-Netzwerks durch viele tolle Thüringer Kolleginnen, die mich zur Neugründung ermutigten. Sie halfen mir durch ihre Praxiserfahrung, die (finanziellen) Vorstellungen des alten Abgebers besser einzuschätzen und gaben viele Hinweise, was unbedingt räumlich bedacht werden sollte. Ohne sie hätte ich wohl tatsächlich mit schlechtem Bauchgefühl die alte, zu kleine Praxis übernommen.

An Bord hatte ich eine spezialisierte Steuerberaterin, die Apobank und ein Dental-Depot, welches die komplette Planung der Praxis in die Hand nahm und den Umbau überwachte. Aus jetziger Sicht würde ich alles wieder genauso machen.

Was waren die größten Herausforderungen? Welche Probleme gab es und wie konnten diese gelöst werden?

Die größte Herausforderung für mich: das eigene Selbstvertrauen. Wenn man einmal die Entscheidung für sich getroffen hat, darf man nicht mehr zweifeln und muss seinen Weg strikt gehen.

Mitten im „Kreditprozess“ und der heißen Phase brach der Ukraine-Krieg aus. Plötzlich stiegen die Kreditzinsen rasant an und es hieß: Gas geben beim Entscheiden.

Weiterhin beschäftigte mich die Frage: Welche Berater holt man mit ins Boot, welche ist die beste strukturierte Herangehensweise? Ich bin der Typ, der eine Art „Kochrezept“ bzw. Gebrauchsanweisung benötigt und der Google und Stiftung Warentest beispielsweise bei einem Föhnkauf nach dem „besten Ergebnis“ befragt. So gehe ich an alles ran. Ich recherchiere viel und kann mein Schicksal nicht in fremde Hände geben. So ist es für mich sehr wichtig in alle Denk- und Entstehungs-Prozesse mit eingebunden zu werden. Abgeben fällt mir da tatsächlich schwer. Und ich denke auch nur so fühlt sich dieses Projekt nach einem selbst an und wird zu seinem Baby. Und nur so funktioniert das für mich mit der Selbstverwirklichung.

Wie erlebst du den Wettbewerb unter Kollegen/-innen?

Seitens der älteren Kollegen/-innen gibt es schon eher mal Konkurrenzgedanken. Unter jungen Kollegen/-innen erlebe ich den Umgang nicht als Wettbewerb, sondern als ein tolles Netzwerk, das füreinander einsteht und füreinander da ist.



Es ist vollbracht: Das Lieblings-Behandlungszimmer von Dr. Voigt.



Was würdest du Kollegen/-innen, die sich niederlassen möchten, an wertvollen Tipps anhand deiner Erfahrungen mit auf den Weg geben?

Traut euch! Besonders auch zur Neugründung! Die Selbstverwirklichung ist unendlich bestärkend und befreiend, die Umsetzung seiner Ideen im neuen Objekt wesentlich einfacher. Holt euch kompetente Beratung, baut euch ein Netzwerk auf und vertraut auf Erfahrungen. Letzter Tipp: Qualität kostet seinen Preis. Aber schützt vor einem Zweitkauf und schont am Ende Geld und Nerven.



Nadine Voigt

Zahnarztpraxis Zählerie
Holzmarkt 1, 07743 Jena
03461 7968860
www.zaehnerie.de
E-Mail: info@zaehnerie.de

Wir besuchen Dr. Johanna Herzog, Nürnberg



Unser Dentista-Mitglied Dr. Johanna Herzog stieg mit Anfang 30 als Teilhaberin in einer Gemeinschaftspraxis in Nürnberg ein. Sie erzählt uns, warum sie sich für diese Form der Niederlassung entschieden hat, weshalb ihr die Sportzahnmedizin besonders am Herzen liegt und wie sie junge Kolleginnen inspirieren und motivieren möchte.

Johanna Herzog ist Nürnbergerin durch und durch: Hier wurde sie geboren, ist in einem kleinen Dorf im Umland auf einem Bauernhof aufgewachsen sowie zur Schule gegangen und auch ihr Zahnmedizinstudium absolvierte sie an der Universität Erlangen-Nürnberg. Ursprünglich wollte sie Betriebswirtschaft studieren und hatte sich auch schon dafür eingeschrieben. Aus dem familiären Umfeld wurde ihr jedoch ein Medizinstudium nahegelegt und da sie zu der Zeit in ständiger zahnärztlicher Behandlung aufgrund früherer kieferorthopädischer Fehlbearbeitungen war, führte dies zu der Idee, Zahnmedizin zu studieren. Sie bewarb sich und erhielt auch gleich einen Platz an ihrer Wunsch-Universität. "Ich war vom ersten Tag an verliebt und wollte nie mehr etwas anderes machen", schwärmt sie. Ihre größte Freude liegt darin, Menschen wieder ein Lächeln ins Gesicht zaubern zu können, weil sie selbst sehr gerne und viel lacht.

Mit dem Curriculum Ästhetische Zahnmedizin und dem Master of Science in Kieferorthopädie hat sich Johanna auf diese Fachgebiete spezialisiert. Hinter der Ästhetik steckt vor allem auch die Funktion – für sie das wichtigste Thema, das alle Fachdisziplinen miteinander verbindet, da letztendlich alles wie ein Zahnrad ineinandergreift. Außerdem bereitet ihr die Arbeit mit Kindern und Sportlern große Freude, weshalb sie eine Zertifizierung zum Team-Dentist Sportzahnmedizin absolviert hat. Die Arbeit mit Sportlern empfindet sie als etwas ganz Besonderes: „Spitzensportler haben ein komplett anderes Mindset und aufgrund der Wettkampfdichte in der Regel sehr wenig Zeit. Die Behandlungen sind oft eine Herausforderung. Man muss speziell funktionell auf andere Kom-



ponenten Rücksicht nehmen. Die Freude ist umso größer, wenn ich dann meine Patienten live vor Ort oder im Fernsehen anfeuern kann". Als Generalsekretärin der deutschen Gesellschaft für Sportzahnmedizin (DGSZM) arbeitet sie auch wissenschaftlich und hat in diesem Rahmen bereits zwei Studien mit veröffentlicht, die sich mit den Themen Leistungssteigerung und Sportschiene auseinandersetzen.

Im Januar 2022 ist Johanna als Praxispartnerin in die Praxis edel & weiss eingestiegen – natürlich in ihrer Herzensstadt Nürnberg. Für sie war schon immer klar, dass sie sich irgendwann einmal in einer Gemeinschaftspraxis selbstständig machen möchte. Ihre heutigen Kollegen sind damals auf sie zugekommen und fragten, ob sie sich eine Partnerschaft vorstellen könne. „Es war einfach ein Match. Ich wollte mich nie als Einzelkämpferin durchschlagen müssen, sondern gehe gerne in den kollegialen Austausch“, erzählt sie. Dabei sind ihr besonders die verschiedenen medizinischen Ansichten unterschiedlicher Kollegen/-innen wichtig, ganz nach dem Motto ‚Wenn du weit kommen willst, dann gehe nicht alleine‘.

Gemeinsam mit ihren Praxispartnern leitet sie das Institut „2N - Fortbildungen für Zahnärzte“, bei dem sie auch als Referentin tätig ist. Ihr besonderes Herzensprojekt ist hier der Workshop „Young Female Boss“, mit dem sie eine neue Plattform schaffen wollte, um motivierten Zahnärztinnen die Möglichkeit des Austauschs zu bieten, damit sie ihre Perspektiven erweitern und sich bestmöglich weiterentwickeln

können. Ihrer Meinung nach ist die Zahnmedizin nach wie vor sehr männlich geprägt. Das bestehende Klischee weiblicher Zahnärztinnen von Studium, Anstellung, Familiengründung und dann halbtags am Stuhl bohren ist in ihren Augen überholt und längst nicht das berufliche Ziel jeder Kollegin. „Mit dem Workshop möchte ich den Teilnehmerinnen Möglichkeiten und Wege vermitteln, damit sie ihren eigenen Weg für sich entdecken und dann auch gehen können. Darüber hinaus gebe ich auch meine persönlichen Erfahrungen, Fehler und Soft Skills weiter und möchte insbesondere junge Zahnärztinnen motivieren und ihnen einfach verschiedene Möglichkeiten aufzeigen“, berichtet Johanna. Die Message soll sein: „Hey, das lässt sich alles kombinieren. Man kann alles hinbekommen, was man erreichen möchte, und es macht auch noch extrem viel Spaß!“.

Im März 2023 schloss sie sich Dentista als Mitglied an und gründete auch gleich eine neue Regionalgruppe in Nürnberg – und ist begeistert vom Verband: „Sich mit anderen Zahnärztinnen aus der Region austauschen zu können ist einfach enorm hilfreich und macht total Spaß! Ein starkes Netzwerk zu haben, ist doch alles, was man sich wünschen kann“.

Die tägliche Arbeit in der Praxis und ihre vielen zusätzlichen Projekte spannen sie stark ein, sodass sich ihre Freizeit gerade darauf beschränkt, hin und wieder bei einem guten Glas Wein ein schönes Buch zu lesen. Diese Momente genießt sie dann aber umso mehr und natürlich nimmt sie sich auch Zeit, sich mit Familie und Freunden zu treffen – dann das ist für sie das Wichtigste im Leben.

Einen Beitrag zu mehr Digitalkompetenz in der Zahnmedizin leisten

„Künstliche Intelligenz“ ist seit Jahren ein Versprechen oder eine Bedrohung – je nach eigenem Standpunkt und Perspektive. Klar ist: Mit immer leistungsfähigeren Computern ist es möglich, immer größere Datenmengen zu analysieren und Softwaresysteme zu erstellen und zu füttern, die mithilfe dieser „gelernten“ Daten dem Menschen die oft mühsame und langwierige Analyse und Auswertung abnehmen oder erleichtern – bis hin zum Erstellen von ganzen Texten. ChatGPT und Co. lassen grüßen.

In der Medizin und Zahnmedizin verbindet sich mit dem Einsatz von künstlicher Intelligenz (KI) unter anderem die Hoffnung, die Diagnostik, Therapie und auch Patientennachsorge schneller und besser zu machen und komplexe Prozesse zu vereinfachen. Längst finden sich KI-Anwendungen in Bearbeitungssoftware für Röntgenbilder oder in CAD/CAM-Planungssoftware. Aber noch stehen wir am Anfang und es sind viele Fragen offen – nicht nur technische.

Vor vier Jahren, auf dem Wissenschaftlichen Kongress zum Deutschen Zahnärztetag im November 2019 in Frankfurt (Main), schlossen sich interessierte Wissenschaftler und Praktiker daher zum Arbeitskreis Artificial Intelligence in Dental Medicine, kurz AK AIDM, zusammen, und wählten Prof. Dr. Falk Schwendicke von der Charité Berlin zu ihrem Vorsitzenden. Im Interview mit Quintessence News gibt der Vorstand des AK AIDM, vertreten durch Prof. Schwendicke, Prof. Dr. Dr. Bernd Stadlinger (Univ. Zürich) und Prof. Dr. Michael Bornstein (Univ. Basel), nun Auskunft über den Stand der Arbeit, die mit dem Einsatz von KI verbundenen Herausfor-



Abb. 1 Der Arbeitskreis Artificial Intelligence in Dental Medicine (AK AIDM) wurde 2019 auf dem Deutschen Zahnärztetag in Frankfurt (Main) gegründet. Foto: DGZMK/Spillner

derungen für die Zahnmedizin in Wissenschaft und Praxis und über die weiteren Ziele des Arbeitskreises.

Herr Prof. Schwendicke, seit vielen Jahren reden wir jetzt über KI in der Zahnmedizin. Wie viel KI steckt eigentlich schon in der Zahnmedizin und wo?

Prof. Dr. Falk Schwendicke: Künstliche Intelligenz ist in aller Munde: Alltagsanwendungen reichen von der Gesichtserkennung im Smartphone über die Passkontrolle am Flughafen bis hin zur Verkehrsregulation. Auch in der Medizin und Zahnmedizin hat KI in den vergangenen Jahren eine enorme Entwicklung genommen. Gerade das Thema Bilderkennung mithilfe von KI, z. B. bei der Röntgenbildanalyse, aber auch der Analyse von histologischen Schnittbildern, Fotos oder 3-D-Oberflächenscans, ist relevant.

Bei uns in der Zahnmedizin ist gerade die Röntgenbildanalyse der Renner. Mittlerweile gibt es eine große Zahl

von Firmen, die KI-gestützte Analysen von Bissflügel-, Einzel- und Panoramaschichtbildern anbieten, wie wir auf der Internationalen Dental-Schau (IDS) bewundern durften. Auch für die DVT-Technologie gibt es schon vielversprechende Ansätze.

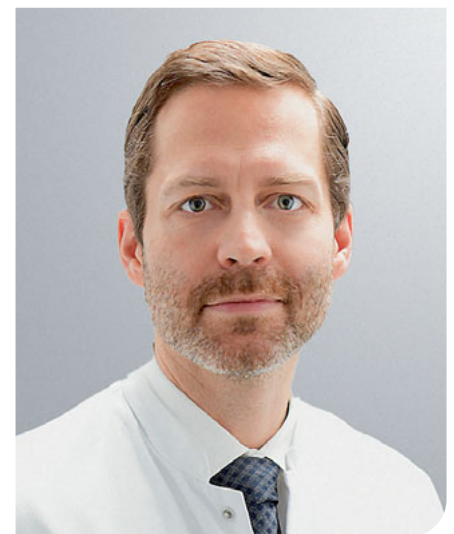


Abb. 2 Prof. Dr. Falk Schwendicke. Foto: Peitz/Charité



Ein weiteres großes Feld ist die Sprachanalyse: Hier gibt es gerade seit ChatGPT viel Aufmerksamkeit und Diskussionen; bisher fehlt es allerdings an Lösungen, die praxisreif sind.

Sie sind ein vielgefragter Referent zu diesem Thema und machen in Ihren Vorträgen immer deutlich, dass wir noch ganz am Anfang stehen, KI sinnvoll anzuwenden. Der Weg dahin ist – für viele unerwartet – mühsam. Warum?

Schwendicke: Ich weiß gar nicht, ob ich den Begriff mühsam benutzen würde. Vermutlich handelt es sich vielmehr um den normalen „Reifungsprozess“ von Technologien und Produkten.

Dabei müssen wir uns klarmachen, dass wir in der Medizin besondere Herausforderungen haben. Es ist etwas anderes, ob eben mein Handy mein Gesicht mit KI erkennt oder ich eine medizinische Diagnose und damit indirekt ja auch Therapiefindung durch KI unterstützen lasse. Insofern sind Aspekte wie Qualitätssicherung und Evidenzbasierung zentral wichtig.

Auch ist es notwendig, dass die Kollegen und Kolleginnen in der Lage sind, KI-Produkte kritisch zu beurteilen – und dass sie die Kompetenz hierfür haben! Wir haben versucht, im Rahmen unserer Aktivitäten als AK AIDM unseren Beitrag zu mehr Digitalkompetenz in der Zahnmedizin zu leisten.

Im AK AIDM sind ja ganz unterschiedliche Mitglieder vertreten – von der Wissenschaft über die Praxis bis hin zu Vertretern, die auch in der zahnärztlichen Landespolitik aktiv sind. Wie wichtig ist diese Vielfalt?

Schwendicke: Wir brauchen diese Vielfalt, um mit den Entwicklungen auf dem Markt Schritt zu halten. Der AK AIDM ist auf der wissenschaftlichen Ebene ein Gremium, das Forschungsprojekte rund

um das Thema KI durchführt. Der Input von Spezialisten aus verschiedenen Bereichen der Zahnmedizin ist hier sehr hilfreich. Die Mitglieder aus der Praxis können wichtige Einblicke liefern, welche Produkte und Entwicklungen in der täglichen Routine gebraucht werden, und aufzeigen, welche Fragestellungen möglicherweise durch den Einsatz von KI gelöst werden können. Die zahnärztliche Landespolitik ist wichtig, um Leitlinien für den Umgang mit KI zu verhandeln und zu vertreten.

Wie ist Ihre Arbeit nach der Gründung 2019 weitergegangen? Die Coronapandemie hat ja viele Projekte ausgebremst.

Schwendicke: Die Coronapandemie hat uns mehr ausgebremst, als ich gedacht hätte: Ein Kollege sagte mir einmal scherzhaft, dass doch wohl vor allem wir als digitalaffiner Arbeitskreis mit Corona und der Notwendigkeit, auf Onlineformate umzusteigen, wenig Probleme haben sollten! Allerdings lebt gerade ein so junger Arbeitskreis auch von der persönlichen Begegnung und dem direkten Austausch, von gemeinsamen



Abb. 3 Prof. Dr. Michael Bornstein.
Foto: privat

Veranstaltungen. Dies ist zugegebenermaßen über die vergangenen drei Jahre nicht erfolgt.

Unser Aufschlag in eine neue „Epoche“ des AK AIDM soll der kommende Zahnärztetag* sein. Wir haben dort ein tolles Programm zusammengestellt – mit den Themen Standards und Interoperabilität, neue KI-Trends jenseits der Medizin und einer Übersicht zu aktuellen KI-Produkten in der Zahnmedizin. In der nächsten Legislaturperiode muss dann vor allem die Außenwirkung des Arbeitskreises gestärkt werden.

Auch sehen wir uns zunehmend als Dienstleister für die Kolleginnen und Kollegen, die unmöglich einen Überblick über die Vielzahl von KI-Produkten, aber auch die assoziierten Risiken haben können: Hier wollen wir Abhilfe leisten.

Auf der IDS Mitte März 2023 in Köln wurden wieder zahlreiche Produkte und Anwendungen gezeigt, in denen KI eingesetzt wird und die ohne KI so gar nicht möglich wären. Gibt es hier Trends oder Entwicklungen, die die Zahnärzte kennen sollten?

Prof. Dr. Michael Bornstein: Die Produkte, in denen KI eingesetzt werden, entwickeln sich sehr schnell. Dabei sind sicher Programme für die Erkennung von Pathologien auf Röntgenbildern und Anwendungen, die KI für die Analyse von Röntgendaten für die digitale Implantatplanung nutzen, im Moment dominant. Darüber hinaus ist KI aber auch für die Automatisierung administrativer Prozesse relevant und kann zukünftig den Bereich der Telemedizin stärken. Nicht zuletzt hilft KI bei der Vorhersage von Erkrankungen, sodass präventive Maßnahmen ergriffen werden können. KI kann so

*am 16./17. Juni 2023 in Hamburg, das Interview wurde bereits im Mai geführt und auf Quintessenz News veröffentlicht. Anm.d.Red.

durchaus als wichtiger Baustein für eine echte personalisierte Zahnmedizin betrachtet werden.

Welche Themen und Termine stehen beim AK AIDM jetzt auf der Agenda? Und wer kann wie im Arbeitskreis mitarbeiten?

Schwendicke: Der AK AIDM möchte als nächstes einen Leitfaden für Kollegen erarbeitet, der helfen soll, die im Markt befindlichen KI-Produkte zu kennen und zu verstehen, was von diesen geleistet werden kann. Damit kann jede Zahnärztin und jeder Zahnarzt erkennen und entscheiden, wie viel KI sie oder er in der Praxis nutzen möchte.

Wir wünschen uns einen guten Austausch im AK AIDM und regelmäßige Fortbildungsveranstaltungen, auf denen wir miteinander ins Gespräch kommen. Das bedeutet ausdrücklich auch, dass jeder und jede Interessierte im AK AIDM willkommen ist.

Was wünschen Sie sich beim Thema KI von Ihren Kolleginnen und Kollegen aus Praxis und Wissenschaft, vonseiten der Standespolitik und Politik und vonseiten der Industrie?

Schwendicke: Die Kollegen und Kolleginnen aus der Praxis sind die kritische Stimme und sollten ihre Wünsche und



Abb. 4 Prof. Dr. Dr. Bernd Stadlinger.
Foto: Yara Jäkel Yakoubi

Erfahrungen an und mit KI-Systemen äußern. Die reine Möglichkeit, KI in der zahnärztlichen Praxis zu nutzen, bedeutet ja noch nicht, dass das wirklich immer sinnstiftend ist!

Die Wissenschaft sollte in der Lage sein zu analysieren, welche Möglichkeiten und Limitationen in KI-Systemen für die zahnärztliche Anwendung stecken und vorausschauen, wie sich die [Zahn-] Medizin dadurch entwickeln kann.

Prof. Dr. Dr. Bernd Stadlinger: Ein wichtiger Punkt beim Thema AI ist die Autonomie in der Behandlung. In der Medizin/Zahnmedizin setzt man derzeit primär

auf „Decision-support“-Systeme: Der behandelnde Zahnarzt/die behandelnde Zahnärztin soll die Möglichkeit und die Wahl haben, bei Entscheidungen auf solche Systeme zurückzugreifen.

Wichtig für die weitere Entwicklung ist es, dass Universitäten die fachliche Entwicklung mit vorantreiben, um dieses Thema auch aus den Hochschulen heraus mitzugestalten. Hierbei werden interdisziplinäre Arbeitsgruppen benötigt, die wichtige Gebiete wie die Informatik, Medizin und Zahnmedizin zusammenbringen. Die Motivation zu diesem interdisziplinären Forschen sollte bereits bei Studierenden geweckt werden.

Perspektive 2030: Wie viel KI steckt dann in Zahnarztpraxis und Labor?

Bornstein: Grundsätzlich kann man mit einiger Sicherheit sagen, dass es auch in zehn Jahren noch Zahnärzte, Zahnärztinnen und Labore geben wird. KI wird die menschliche Komponente nicht ersetzen. Aber KI wird in vielen Arbeitsschritten in der Zahnmedizin integriert sein und diese vereinfachen.

Die beste KI ist immer diejenige, welche man nicht wirklich bemerkt. Genau so besteht die Chance, dass komplexe Prozesse durch technologische Entwicklungen vereinfacht und effizienter werden – und diese dann auch wirklich in der Praxis genutzt werden.

Kooperationsmodelle für Zahnarzt/-innen: Gemeinsam erfolgreich

Die zahnärztliche Praxislandschaft wandelt sich stetig und gerade auch der weibliche Anteil der Zahnärzteschaft steht vor der Herausforderung sich in eigener Praxis niederzulassen. Eine Kooperation mit einer Kollegin oder einem Kollegen kann dabei ein Weg sein, die individuellen Ziele und Bedürfnisse zu verwirklichen. In diesem Artikel werden verschiedene Kooperationsmodelle vorgestellt, die dabei helfen können, gemeinsam erfolgreich zu sein.



Beruf und Familie

Gerade für Zahnmedizinerinnen hat die Balance zwischen beruflichem Fortkommen und erfülltem Familienleben einen hohen Stellenwert. Gleichzeitig liegt hierin auch häufig die immer noch bestehende Zurückhaltung beim Weg in die Selbstständigkeit begründet. Eine Kooperation mit Gleichgesinnten bietet dabei nicht nur den stetigen fachlichen Austausch, sondern vor allem auch die Möglichkeit, sich Aufgaben und Verantwortung flexibel und entsprechend der persönlichen Vorstellungen so aufzuteilen, dass beides möglich wird – Beruf und Familie.

Welches Kooperationsmodell geeignet ist, hängt von den individuellen Anforderungen der beabsichtigten Zusammenarbeit ab. Zur Auswahl stehen vor allem die Folgenden:

Gemeinschaftspraxis

Die Gemeinschaftspraxis ist ein bewährtes Kooperationsmodell in der Zahnmedizin. Auf der Grundlage eines Ge-

sellschaftsvertrags wird hier tatsächlich gemeinsam agiert – mit gemeinsamer Haftung, gemeinsamer Patientenkartei, gemeinsamer Abrechnung. Wichtige Entscheidungen – wie z. B. Personalführung, Umstrukturierungsmaßnahmen etc. – werden regelmäßig gemeinsam getroffen. Gewinne und Verluste werden entsprechend einer im Gesellschaftsvertrag festgelegten Quote geteilt.

Geteilt werden kann auch die Arbeitszeit. Die Öffnungszeiten der Praxis können weiter und flexibler gestaltet werden, gegenseitige Vertretungsregelungen überbrücken leichter kurzfristige Ausfälle und stellen die kontinuierliche Patientenversorgung sicher. Auch die Verantwortung für nichtärztliche oder auch angestellte zahnärztliche Mitarbeitende wird geteilt und so persönlicher Freiraum für jeden Gesellschafter und jede Gesellschafterin geschaffen.

Die Praxisräume können geteilt werden – müssen es aber nicht. Auch die überörtliche Berufsausübungsgemeinschaft lässt sich mit einem passenden Gesellschaftsvertrag organisieren.

Praxisgemeinschaft

Reine Organisationsgemeinschaften wie die wohl bekannteste Form der Praxisgemeinschaft, aber auch die Apparategemeinschaft und das Ärztehaus zielen anders als die Gemeinschaftspraxis im Wesentlichen auf die vertraglich geregelte, gemeinsame Nutzung von Räumlichkeiten, medizinischen Geräten oder nichtärztlichem Personal hin, um Synergien zu nutzen und Kosten zu sparen. Eine gemeinsame Berufsausübung ist hierbei nicht vereinbart.

Ist die Gemeinschaftspraxis die Ehe unter den Kooperationsmodellen, kann die Praxisgemeinschaft am ehesten mit der WG verglichen werden.

Medizinisches Versorgungszentrum (MVZ)

Flexiblere Gestaltungs- und Entwicklungsmöglichkeiten bietet ein Medizinisches Versorgungszentrum, kurz: MVZ. Dieses kann rein auf die zahnärztliche Tätigkeit beschränkt werden oder auch

fachübergreifend mit Kollegen und Kolleginnen aus anderen ärztlichen Betrieben betrieben werden. Organisiert wird es neben einigen anderen Varianten meist als Personengesellschaft oder als Gesellschaft mit beschränkter Haftung. Gründungsberechtigt ist unter anderem jeder Vertragszahnarzt und jede Vertragszahnärztin.

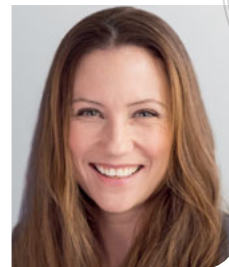
Die Arten, das eigene MVZ zu nutzen, sind vielfältig. So kann es als GmbH auch von einer Einzelperson gegründet werden und gemeinsam mit einem oder mehreren zahnärztlichen Mitarbeitenden betrieben werden. Gleichzeitig steht einer Aufnahme weiterer gründungsberechtigter Gesellschafter oder Gesellschafterinnen nichts im Wege. Auch kann ein Zahnarzt oder eine Zahnärztin mehrere MVZ an verschiedenen Standorten mit dann mehreren Angestellten

betreiben, ohne selbst dort tätig sein zu müssen.

Die Arbeitszeit und der persönliche Einsatz können hierbei ganz individuell eingestellt und bei Bedarf angepasst werden und die Praxis kann wachsen, während gleichzeitig das persönliche wirtschaftliche Risiko minimiert wird.

Praxistipp

Die Wahl des richtigen Kooperationsmodells hängt von individuellen Zielen, Vorlieben und Rahmenbedingungen ab und sollte daher von Beginn an mit rechtlicher und steuerlicher Expertise getroffen werden. Denn eine gute Planung, klare Absprachen und eine transparente Kommunikation sind letztlich entscheidend für eine erfolgreiche Zusammenarbeit.



Nadine Ettling

Rechtsanwältin und Fachanwältin für Medizinrecht
Rechtsbeirätin Dentista e. V.
Kanzlei Lyck+Pätzold healthcare.recht
Bad Homburg – Düsseldorf – Aschaffenburg
E-Mail: ettling@medizinanwaelte.de



BILDATLAS



NEU

Hans van Pelt | Cees Kreulen | Frank Lobbezoo | Peter Wetselaar (Hrsg.)

Zahnverschleiß

Diagnose | Behandlung | Nachsorge

336 Seiten, 963 Abbildungen, Artikelnr. 23030

€ 138,-



Die Abnutzung von Zähnen ist ein multifaktorielles Geschehen, das zum Verlust von Zahnhartsubstanz führt und komplexe Behandlungen zur Folge haben kann. Mittlerweile existieren zum Thema Zahnverschleiß neue wissenschaftliche Erkenntnisse und Klassifikationssysteme sowie deutlich verbesserte Behandlungstechniken und Materialien, die in diesem Atlas von erfahrenen Klinikern zusammengestellt wurden. Neben einem allgemeinen Teil zu Terminologie, Diagnostik, Behandlungsmanagement und restaurativer Therapie widmet sich das Buch mit zahlreichen Fallpräsentationen der individuellen Erstellung eines Behandlungsplans, der Behandlung bei lokalem Verschleiß sowie der Behandlung bei generalisiertem Verschleiß. Die große Vielfalt gut dokumentierter Behandlungen möchte Leserinnen und Leser inspirieren, neue Wege bei der Behandlung von Zahnverschleiß zu gehen.



QUINTESSENZ PUBLISHING



QUINTESSENZ PUBLISHING

Gute Führung – gesunde Mitarbeiter

Montagmorgen und das Stresslevel in der Praxis ist hoch: Drei Kolleginnen haben sich überraschend krank gemeldet. Toni und Britta müssen gleichzeitig die Rezeption mit dem dauerklingelnden Telefon betreuen, die Patienten empfangen und setzen, die Zimmer vor- und nachbereiten sowie assistieren und das alles bei doppelstättiger Terminierung im Plan. Die Mittagspause fällt flach, der Feierabend zieht sich zwei Stunden nach hinten und die Erholung vom Wochenende ist vollkommen weg. Abends kommen Toni und Britta total erschlagen nach Hause, wo noch die Familie auf das Abendessen und die Bügelwäsche auf sie warten. Nach ihrem Tagwerk fallen beide todmüde in ihr Bett. Sie schlafen dennoch nicht sofort ein, weil die Gedanken noch darum kreisen, was sie alles vergessen haben. Bei Toni und Britta liegen die Nerven blank. Sie werden immer gereizter und gehen schon bei Kleinigkeiten an die Decke. Hinzu kommen Spannungskopfschmerzen und bei Britta auch Magenprobleme. Es ist nur eine Frage der Zeit, bis auch sie am Limit sind und ausfallen werden.

So oder ähnlich sieht im Moment für viele Mitarbeiterinnen der Arbeitsalltag aus. Durch das Masketragen unter Corona ist das Immunsystem vieler Kolleginnen am Boden. Ständig ist jemand krank. Insbesondere die jungen Mütter bekommen von ihren Kindern alles mögliche an Viren aus dem Kindergarten mitgebracht. Gefühlt sind sie seit einem Jahr ständig entweder selbst krank oder eines ihrer Kinder hat es wieder erwischt. Hinzu kommt der in vielen Praxen zu erkennende Fachkräftemangel: Es fehlen häufig

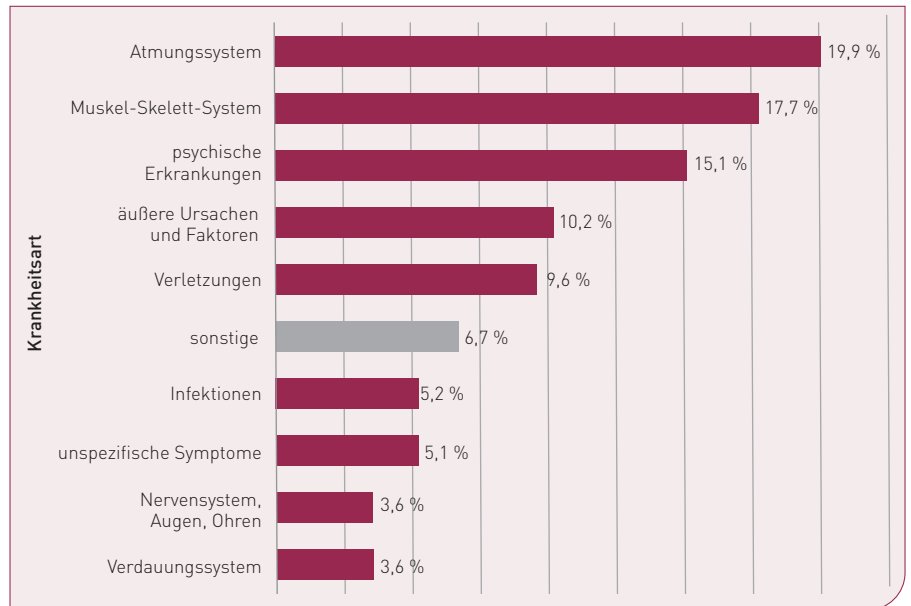


Abb. 1 Übersicht über die 10 wichtigsten Krankheitsarten an den Arbeitsunfähigkeitstagen in Deutschland im Jahr 2022.

zwei oder sogar noch mehr Hände. Beispiele wie dieses, die in den letzten Monaten häufig an mich herangetragen wurden, machen deutlich, dass viele Praxisteams im wahrsten Sinne des Wortes am Limit sind. Die Arbeit unter solchen Umständen kann sowohl körperlich als auch psychisch sehr belastend sein.

Das zeigt auch die Übersicht über die zehn wichtigsten Krankheitsarten an den Arbeitsunfähigkeitstagen in Deutschland im Jahr 2022 (Abb. 1):

- Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems und psychische Erkrankungen nehmen mit 17,7 bzw. 15,1 % die Plätze zwei und drei in der Rangfolge des Anteils der Erkrankungen an den Arbeitsunfähigkeitstagen ein.

Diesem Druck halten Körper und Seele nur begrenzt stand. Das führt dazu, dass überforderte und ausgebrannte Mitar-

beiterinnen den Beruf aufgeben und den Praxen nicht mehr als Fachkräfte zur Verfügung stehen.

Wie sieht es bei Ihnen in der Praxis aus?

- Arbeitet Ihr Team häufiger in den Pausen durch, statt die kleinen Auszeiten zwischendurch zur Erholung zu nutzen?
- Kann Ihr Team häufiger erst später Feierabend machen als geplant?
- Empfinden Sie Ihr Team als eine Ansammlung von Einzelkämpfern, die sich gegenseitig die Schuld für Dinge, die nicht laufen, in die Schuhe schieben, anstatt sich gegenseitig bei Bedarf zu unterstützen?
- Haben bereits Mitarbeiterinnen gekündigt und sich einen neuen Ar-



beitgeber, vielleicht sogar in anderen nicht-zahnärztlichen Unternehmen gesucht?

- Wirkt Ihr Team unzufrieden und gestresst, hat vielleicht schon häufiger darauf hingewiesen, dass sich etwas in Ihrer Praxis ändern muss?
- Haben Sie eine ungewöhnlich hohe Krankenquote?

Wenn Sie eine oder mehrere Fragen mit „Ja“ beantwortet haben, sollten Sie aktiv werden und gegensteuern. Etliche Ihrer Kollegen und Kolleginnen haben bereits mein Teamcoaching „Am Limit war gestern – heute gehen wir dagegen an“ für sich genutzt und sind begeistert. Denn wir setzen dabei genau an den **praxis-spezifischen Problemstellen** an. Das können beispielsweise

- Prozesse sein, die im Arbeitsalltag immer wieder für Konflikte sorgen, weil sie stör- und fehleranfällig sind: **Ein Beispiel (– der Klassiker!)**: Durch die unzureichende Dokumentation in den Behandlungszimmern muss die Abrechnungsfachkraft rätseln, was gemacht wurde und nachfragen. Das nervt die Assistenzen, die sich dadurch gegängelt fühlen. Umgekehrt ist die Abrechnungsfachkraft verstimmt, weil sie nichts einfach wegarbeiten kann, sondern immer wieder gezwungen ist, nachzufragen. Das Klima zwischen den Beteiligten wird immer frostiger.
- fehlende Informationen aufgrund suboptimaler Kommunikation sein: Ein Beispiel: Wenn die Spätschicht nicht weiß, dass der Techniker, der den defekten Behandlungsstuhl reparieren soll, noch nicht erreicht wurde, kann sie ihn nicht anrufen. Der Behandlungsstuhl wird somit noch weiter defekt bleiben und nutzlos stillstehen.
- unpräzise Laborarbeiten sein: **Ein Beispiel**: Wenn der ZE dreimal nachgebessert werden muss, bis er kor-

rekt eingesetzt werden kann, wird der ganze Zeitplan der Praxis durcheinandergebracht. Ganz abgesehen davon wird auch die betriebswirtschaftliche Kalkulation gesprengt. Kein Patient wird den Mehraufwand zahlen.

- Diskussionen mit zahlungsunwilligen Patienten und zu viel Bürokratie um das Mahnwesen sein – hier hilft die Auslagerung des Rechnungsmangagements an die ZA (Dentista-Mitglieder profitieren von Sonderkonditionen),
- viele weitere, individuelle Problemstellen sein.

Naturgemäß können wir an einem Tag nur das jeweils wichtigste Problem angehen. Dennoch wird die Vorgehensweise dabei deutlich, sodass das Team dann gemeinsam die weiteren identifizierten Stressverursacher sukzessive in den folgenden Teamsitzungen allein aufarbeiten kann. Es ist immer wieder faszinierend zu sehen, was es mit dem Team macht, wenn das Team aus dem Jammern heraus ins Tun kommt und wie schnell daraus positive, lösungsorientierte Energie wird.

Darüber hinaus beschäftigen wir uns an so einem Tag auch mit den **mental Möglichkeiten des Umgangs mit Stress**. Denn Stress ist ein Empfinden, das wir selbst erzeugen durch unsere Gedanken.

Ein Beispiel

Es ist Montagmorgen nach einem langen Wochenende. Sie kommen morgens um 7:30 Uhr in die Praxis. Sie wissen: Heute ist für alle Behandler doppelspaltig einbestellt. An der Tür warten schon ungewöhnlich viele Schmerzpatienten. Sobald Sie den AB ausschalten, bimmelt das Telefon nonstop. Über Whatsapp flattert die Nachricht rein, dass zwei Kolleginnen

erkrankt sind und heute nicht kommen. Jetzt könnten Sie denken (Fall 1):

- „Oh Gott, wie soll das denn funktionieren? Es war doch ohnehin schon alles mega knapp kalkuliert. Das ist auf keinen Fall zu schaffen. So ein ... Wäre ich doch im Bett geblieben... Sch...“

Wie fühlen Sie sich, wenn Sie so denken? Vermutlich ohnmächtig, hilflos, frustriert, vielleicht auch ein wenig verärgert oder wütend auf sich selbst, die kranken Kolleginnen, die Welt – alles keine schönen Gefühle.

Umgekehrt könnten Sie jedoch auch denken (Fall 2):

- „Oh, das wird herausfordernd. Allerdings: Wir sind ein tolles Team. Das packen wir. Das haben wir das letzte Mal auch geschafft. Dann werden wir es auch diesmal packen. Also, los geht's, fangen wir erst einmal an und arbeiten uns Patient für Patient vor. Rom ist auch nicht an einem Tag erbaut worden.“

Wie fühlen Sie sich, wenn Sie so denken? Vermutlich deutlich besser als in Fall 1. Wir können also über die Geschichten, die wir uns selbst erzählen, Einfluss auf unsere Stimmung nehmen.

Zu guter Letzt beschäftigen wir uns an so einem Tag auch damit, wie wir zwischen zwei Patienten oder auch am Feierabend, Wochenende aktiv dazu beitragen können, dass wir immer wieder neue Power bekommen. Das ist ein Wissen, das wir grundsätzlich alle haben, nur im stressigen Alltag immer mal wieder vergessen. Daher sorgen wir an diesem Tag dafür, dass uns diese Dinge und deren Wirkung wieder bewusst werden.

Wenn die Praxen den so entstehenden Handlungsplan konsequent umsetzen, profitieren alle im Team davon: Der Alltag wird deutlich entspannter wahrgenommen. Wenn einer im Team einen Durchhänger hat, können die anderen



darauf hinweisen und so wieder für Bewusstheit und Abhilfe sorgen.

Es gibt übrigens neben dem aktiven Stressmanagement noch einen anderen Weg, für ein gesundheitsförderliches Arbeitsklima zu sorgen: Greifen Sie auf das PERMA-Prinzip von Martin Seligman als Fundament für die Entwicklung Ihres Personals zurück. **PERMA** ist ein Akronym und steht für

- **P** – Positive Emotionen,
- **E** – Engagement,
- **R** – Relationships,
- **M** – Meaning,
- **A** – Accomplishment.

Tragen Sie dafür Sorge, dass Ihre Mitarbeiterinnen möglichst viele positive Emotionen (z. B. Freude, Zufriedenheit, Genuss, Begeisterung, Dankbarkeit oder Harmonie) im Arbeitsalltag erleben. Insbesondere Dankbarkeit ist ein Gefühl, das uns Kraft zur Bewältigung unseres Alltags gibt.

Das erreichen Sie z. B. dadurch, dass Sie immer wieder den Blick auf das lenken, was gut in der Praxis läuft, und auch das Team bitten, z. B. in einer Teamsitzung zu benennen, für was in der Praxis es dankbar ist. Lassen Sie diese Dinge notieren und erstellen Sie daraus z. B. eine Collage für den Sozialraum.

Engagement zeigen Mitarbeiterinnen dann, wenn Sie ihre Stärken und Ressourcen im Praxisalltag nutzen können. Finden Sie also gemeinsam mit Ihrem Team heraus, wer welche Stärken hat und wie diese weiterentwickelt werden können. Mitarbeiterinnen, die die richtige Position in der Praxis innehaben und ihre Stärken ausspielen können, laufen von alleine. Denn das, was sie mit Leichtigkeit tun, wird auch gut und vor allem auch mit Freude (positive Emotionen) gemacht.

Der Mensch ist ein soziales Wesen und möchte Teil eines großen Ganzen sein. Er möchte in seiner Arbeit gesehen werden und Wertschätzung erfahren.

Dazu benötigt Ihr Team Beziehungen untereinander und zu Ihnen als Praxisinhaberin. Je fester die Beziehungen sind, desto stärker wirken sie als stärkende Ressource, die positive Emotionen erzeugt und so manch eine Belastung wegpuffert. Hinzu kommt, dass feste Beziehungen im Team für einen guten Zusammenhalt und besonderes Engagement sorgen. Sorgen Sie also dafür, dass Sie von Anfang an Beziehungen zu Ihren Mitarbeiterinnen durch regelmäßige Gespräche aufbauen und dass neue Mitarbeiterinnen schnell Anschluss an das Team finden. Letzteres erreichen Sie z. B. durch Patenschaften und gemeinsame Veranstaltungen beruflicher und privater Natur.

Menschen erleben ihre Arbeit als sinnvoll (Meaning), wenn sie wissen, für wen sie was tun. Insofern begünstigen Beziehungen (Relationships) im Team und zur Praxisinhaberin das Sinnerleben. Jeder, der weiß, welchen Beitrag er zum großen Ganzen beisteuert, erlebt seine Arbeit als sinnhaft, insbesondere dann, wenn sich die Arbeit auch noch mit dem eigenen Wertesystem deckt. Das macht glücklich (positive Emotionen). Es gilt somit, den Beitrag des Einzelnen für das System Praxis transparent zu machen und wertzuschätzen.

Accomplishment bedeutet Zielerreichung. Gemeinsames sinnerfülltes Handeln führt zum Erfolg und in Folge auch zu Glücksempfinden (positive Emotionen). Feiern Sie mit Ihrem Team Erfolge und spiegeln Sie Ihren Stolz auf das Team und das gemeinsam Vollbrachte. Das motiviert weitere gemeinsame Anstrengungen in Angriff zu nehmen (Engagement) und schweiß das Team noch enger zusammen (Relationships).

Wir sehen: Im Zusammenspiel erzeugt das PERMA-Prinzip vielfältige, sich selbst verstärkende Wechselwirkungen in die positive Richtung und sorgt für ein gesundheitsförderliches Arbeitsklima.

Fazit

Als Praxisinhaberin haben Sie einen wesentlichen Einfluss auf die Gesundheit Ihrer Mitarbeiterinnen.

Wenn Sie gut führen und einen motivierenden Rahmen im Sinne des Seligman'schen PERMA-Prinzips schaffen, sorgen sie für Arbeitszufriedenheit und intrinsische Motivation. Wenn Sie gleichzeitig noch dazu beitragen, das Stresslevel in einem erträglichen Umfang zu halten, fördern Sie das Wohlbefinden und die Gesundheit Ihres Teams.

Sowohl im Rahmen von Teamcoachings zur Minimierung des Stressempfindens als auch bei der Integration eines gesundheitsförderlichen Personalentwicklungskonzepts unterstütze ich Sie gern.

Quelle

Statista. AU-Tage. Internet: <https://de.statista.com/Statistik/daten/studie/77239/umfrage/krankheit-hauptursachen-fuer-arbeitunfaehigkeit/>. Abruf: 15.06.2023.



Dr. Susanne Woitzik

Die ZA

Dipl.-Kauffrau, B.Sc. Psychologie, Expertin für betriebswirtschaftliches Praxismanagement, Team- und Persönlichkeitsentwicklung
E-Mail: swoitzik@die-za.de

KOM 23



KONGRESS ORALE MEDIZIN

10./11. NOVEMBER 2023 | CONGRESS CENTER MESSE FRANKFURT

WIR FREUEN UNS AUF SIE!



Michael Bornstein



Bettina Dannewitz



Christof Dörfer



Michael Frank



Roland Frankenberger



Dinah Fräßle-Fuchs



Kerstin Galler



Ferdinand Gerlach



Daniel Hellmann



Martin C. Hirsch



Christopher Kötgen



Heike Korbmayer-Steiner



Karina Obreja



Andreas Pfützner



Werner Schupp



Frank Schwarz



Bernd Stadlinger



Markus Tröltzsch



Matthias Tröltzsch



Paul Weigel

FREITAG, 10. NOVEMBER 2023

- 12:00 – 12:15 Begrüßung
- 12:15 – 13:00 Keynote – Orale Medizin
die erste Verteidigungslinie unseres Immunsystems
- 13:00 – 13:30 Das orale Mikrobiom und seine lokalen und systemischen Wechselwirkungen mit dem Wirt
- 13:30 – 14:00 Von Allgemeinerkrankungen zur Manifestation im oralen System – Einfluss der Polypharmazie
- 14:00 – 15:00 **Pause – Besuch der Ausstellung**
- 15:00 – 15:30 Symptomatische Merkmale von Allgemeinerkrankungen in der oralen Medizin
- 15:30 – 16:00 Ernährung und Nahrungsergänzung – Game Changer in der oralen Medizin oder am Ende nur teurer Urin?
- 16:00 – 16:30 KI basierte Assistenzsysteme im klinischen Alltag
Realitätscheck und Ausblick
- 16:30 – 17:15 Tech-Giganten drängen in das Gesundheitswesen!
Wann übernimmt Dr. Google?
- Ab 17:15 **Get-together**

Jetzt auch mit Programm für das Praxisteam

Michael Frank | Roland Frankenberger
Andreas Pfützner

Christof Dörfer

Michael Bornstein

Matthias Tröltzsch
Roland Frankenberger

Martin C. Hirsch

Ferdinand Gerlach

FOUNDING PARTNER





SAMSTAG, 11. NOVEMBER 2023

09:00 – 09:30	Update: Additive Fertigung und 3-D-Druck-Verfahren – Konsequenzen für den klinischen Workflow	Paul Weigel
09:30 – 10:00	Regeneration nach dentalem Trauma – Ist das möglich?	Kerstin Galler
10:00 – 10:30	Arbeiten mit der neuen PAR-Richtlinie Herausforderungen im Praxisalltag	Bettina Dannewitz
10:30 – 11:00	Pause – Besuch der Ausstellung	
11:00 – 11:30	Möglichkeit und Grenzen: Extrahierte Zahnwurzeln bei einer autogenen Kieferkammaugmentation	Frank Schwarz
11:30 – 12:00	Neue diagnostische bildgebende Technologien Revolution oder Stagnation?	Bernd Stadlinger
12:00 – 12:30	Aligner Orthodontics unter funktionellen Aspekten und Einbeziehung des virtuellen Artikulators	Werner Schupp
12:30 – 13:00	Keine Angst vor der Angst ihrer jüngsten Patienten	Dinah Fräßle-Fuchs
13:00 – 14:00	Pause – Besuch der Ausstellung	
14:00 – 14:30	Schreckgespenst Ganzkörper-CMD – Mythos oder Wirklichkeit	Daniel Hellmann
14:30 – 15:00	Schlafmedizin und ihre Bedeutung in der Oralen Medizin	Heike Korbmacher-Steiner
15:00 – 15:30	Wie die Demographie unseren klinischen Alltag verändern wird	Markus Tröltzsch
15:30 – 16:00	Live-on-tape Extrahierte Zahnwurzeln bei einer autogenen Kieferkammaugmentation	Frank Schwarz Karina Obreja
16:00	Schlussworte	Michael Frank Roland Frankenberger

PROGRAMM FÜR DAS PRAXISTEAM SAMSTAG, 11. NOVEMBER 2023

09:00 – 10:30 Session A (Workshops finden parallel statt)

PARO-Patienten – keiner kommt mit tiefen Taschen auf die Welt. Patente Rezepte für eine erfolgreiche PARO-Therapie	Ulrike Wiedenmann
Blutkonzentrate als autologe Quelle von Wachstumsfaktoren: Von der Blutentnahme zur -aufbereitung	Shahram Ghanaati
Aktuelles aus der zahnmedizinischen Abrechnung: Ein Update aus den verschiedenen Leistungsbereichen unserer täglichen Praxis, praxisnah und anhand von Fallbeispielen zusammengefasst	Jessica Hinz

10:30 – 11:00 Pause – Besuch der Ausstellung

11:00 – 12:30 Session B (Workshops finden parallel statt)

PAR 2.0 – PKV versus GKV. Update zur Berechnung einer PAR-Behandlung bei Privatversicherten gemäß der aktuellen S3-Leitlinie	Sylvia Wuttig
Die Neurobiologie der Angst bei Kindern, Hintergründe der Zahnarztphobie und Strategien im Umgang mit ängstlichen Kindern (und Eltern) als Patienten	Rana Hanna
Wenn die Assistenz zur Herausforderung wird: Tipps und Tricks für die Assistenz bei Senioren und Patienten mit geistigen und körperlichen Behinderungen	Heidrun Schaaf

12:30 – 14:00 Pause – Besuch der Ausstellung

14:00 – 15:30 Session C (Workshops finden parallel statt)

Lösungen finden, statt Probleme suchen! Mit ZQMS entspannt den Herausforderungen des Praxisalltags begegnen	Silke Lehmann-Binder
Teamsache. Wirksame Strategien gegen Fachkräftemangel	Sybille David-Hebgen
Ein Stern der Deine Praxis trägt, oder welchen Einfluss hat das Personal auf die Praxisbewertung?	Katja Effertz

Programmraster Stand 12.05.2023



Jetzt schon anmelden und den Frühbucheerpreis sichern unter: www.quint.link/KOM23



„Erziehung und Bildung eines Kindes kann lebensverändernd sein und ungeahnte Perspektiven eröffnen“

Dr. Jameela Abdul Haq schloss ihren Bachelor in den Vereinigten Arabischen Emiraten ab und arbeitete dort in einem Forschungsinstitut. In der arabischen Region war sie in Bildungsinitiativen für Kinder aktiv. Sie organisierte Konferenzen und Workshops für Kinder, um deren persönliche und berufliche Entwicklung zu fördern. Für diese Arbeit wurde sie durch den Botschafter der Islamischen Republik Pakistan in den Vereinigten Arabischen Emiraten mit dem „Youth Award“ ausgezeichnet.



Abb. 1 PHZSH e. V. – Children Dental Camp und Zahnpflege-Programm in einer Schule.

2017 zog sie für ihr Masterstudium der Prävention und Kinderzahnheilkunde nach Deutschland, schloss ihre dreijährige Spezialisierung ab und arbeitete an ihrer Dissertation in Kinderzahnheilkunde. Seit 2021 arbeitet sie in der größten Zahnklinik Deutschlands „KU64 Berlin“, als Kinderzahnärztin und unterstützt das Kinderprophylaxe-Team. Im November 2022 trat sie einer in Pakistan arbeitenden deutschen Hilfsorganisation bei und realisierte in einem Hospital im Punjab ein erstes „Children’s Dental Camp“.

Darüber hinaus plant sie, in dem Dorf im Punjab, aus dem ihre Familie stammt, eine gemeinnützige Schule für 200 Kinder zu bauen.

Wir haben mit ihr gesprochen, um weitere Details über dieses spannende Projekt und ihre bisherigen Erfahrungen als Zahnärztin in Deutschland zu erfahren.

Was hat Sie bewogen Zahnärztin zu werden? Seit wann bestand der Wunsch diesen Beruf zu wählen?

Das Studium der Humanwissenschaften habe ich mit guten Ergebnissen absolviert. Arbeiten für und mit Menschen ist

meine Passion. Die Zahnmedizin ist eine gute Mischung aus Wissenschaft, Kunst und Ästhetik und entspricht meiner kreativen, künstlerischen Seite und meiner Persönlichkeit. Deshalb habe ich mich für diesen Beruf entschieden. Die Arbeit mit Kindern reizte mich besonders und war Anlass, hier die Initiative zu ergreifen.

Warum sind Sie zum Studium nach Deutschland gekommen und wie empfanden Sie die Ausbildung hier?

Nach Deutschland bin ich gekommen, weil ich eine neue Sprache lernen und mein Studium der Kinderzahnheilkunde abschließen wollte. Ich habe mich mit Kinderinitiativen beschäftigt und glaube, dass das Reisen in ein neues Land und das Verstehen eines fremden Systems die Persönlichkeit stärkt und die Chance bietet, neue Herausforderungen anzunehmen und die eigenen Ängste zu überwinden. Daher glaube ich, dass die gesamte Erfahrung und der Gewinn, nach Deutschland zu kommen, viel mehr war als nur der Abschluss eines Masterstudiums.

Insgesamt war es eine tolle Erfahrung, meinen Master unter der Leitung von Prof. Christian Splieth und Dr. Ruth Santamaria zu absolvieren. Eine Besonderheit und ein Schwerpunkt meiner Masterarbeit war das Programmieren der Anwendung „FU APP“ für die frühkindliche Karies in zwei verschiedenen Sprachen.

Sie arbeiten in einer der renommiertesten Zahnarztpraxen des Landes. Wie sind Sie zu der Stelle gekommen und was gefällt Ihnen dort besonders?

Für eine der renommiertesten Kliniken in Deutschland arbeiten zu dürfen, ist für mich ein großes Glück und eine Herausforderung. Während der Coronapandemie schickte ich meine Bewerbung an Dr. Stephan Ziegler. Er war sehr angetan von der Tatsache, dass ich „eine ständige Lernerin“ bin und er begrüßt es sehr, mich in seinem Team zu haben.

Es gibt viele Highlights bei KU64, neben hochwertigen zahnmedizinischen Leistungen sind wir sehr vielseitig und abwechslungsreich. Es gibt eine große Akzeptanz für Vielfalt, Inklusion für alle ist uns ein



Abb. 2 Geplante Schule für 200 Mädchen und Jungen.

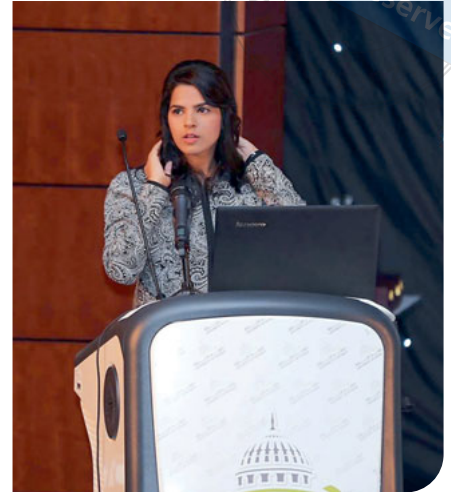


Abb. 3 Dr. Jameela Abdul Haq - Keynote Speaker zum Thema "Effective solution in the schools health management".

Anliegen. Unser Motto ist: Vom Menschen, für Menschen und mit Menschen.

Sie engagieren sich in Ihrer Heimat Pakistan u. a. für soziale Projekte im Bereich der Zahngesundheit. Wie ist die Situation in Pakistan?

Letztes Jahr habe ich mich erstmals ehrenamtlich für eine deutsche Organisation engagiert, die kostenlos hörbehinderte Kinder untersucht und Hörgeräte anpasst und mit meiner Unterstützung das erste „Children's Dental Camp“ in einem

Partnerhospital durchgeführt hat. Beide Camps waren ein großer Erfolg. In zwei Wochen konnten wir 300 Kindern helfen.

In meinem Land herrschen große politische Probleme, aber ich sage mit aller Ehrlichkeit und Liebe zu meiner Heimat: Pakistan ist ein wunderschönes Land mit herzlichen und gastfreundlichen Menschen.

Es gibt viele talentierte und hart arbeitende, im Ausland lebende Pakistani, die eine tiefe Liebe und Respekt für ihr Heimatland haben. Den Menschen mit

ihren begrenzten Möglichkeiten zu helfen und ihnen Erleichterung zu verschaffen, ist ihnen ein großes Anliegen.

Sie arbeiten mit dem Verein Pakistan – Hilfe zur Selbsthilfe e. V. zusammen. Was macht der Verein und wie finanziert er sich?

Der Verein Verein Pakistan – Hilfe zur Selbsthilfe e. V. wurde am 1. Dezember 2010 gegründet. Er hat zum Ziel, Menschen in Pakistan durch Beratung, Unterstützung mit finanziellen und Sachmitteln zur Selbsthilfe anzuregen, um so langfristig ihre Lebensbedingungen zu verbessern oder ihnen kurzfristig in Notlagen zu helfen. Die dazu notwendigen Mittel sollen in Deutschland durch Informationen über die Lage und die Lebensbedingungen in Pakistan eingeworben werden.

Der pensionierte Bundeswehroffizier Hans Joachim Gerber pflegt seit 1989 enge freundschaftliche Kontakte nach Pakistan, kennt das Land, seine Geschichte, seine Herausforderungen und Perspektiven durch viele Reisen. Vor allem aber hat er immer wieder die außergewöhnliche Gastfreundschaft und Liebeshwürdigkeit der Menschen kennengelernt, die sie zeigen, wenn sie spüren, dass sie ernst genommen und respektiert werden.



Abb. 4 Solutions For A Better Life Conference (World Health Organization) – University of Sharjah, UAE.

**Verein Pakistan –
Hilfe zur Selbsthilfe e. V.**

Spendenkonto:
Bordesholmer Sparkasse
IBAN: DE96 2105 1275 0155 0165 38
BIC-/SWIFT-Code: NOLADE21BOR
Kontakt: PAKISTAN – Hilfe zur
Selbsthilfe – e. V.
Grüner Kamp 9
24582 Bordesholm



Abb. 5 Erste von Dentista in Berlin veranstaltete Women Leadership Conference.

Nach dem Erdbeben im Jahr 2005 und der Flut im Jahr 2010 hatte Hans Joachim Gerber mit in der Familie und im Freundeskreis gesammelten Spenden geholfen.

Eindrücke und Erlebnisse bei einer Reise in das Flutgebiet in Sindh im Oktober 2010 machten deutlich, dass langfristige Hilfe von außen erforderlich sein wird, um den leidgeprüften Menschen wieder eine Perspektive zu geben. Bald nach der Rückkehr nach Deutschland fiel die Entscheidung, mit Freunden und Bekannten den gemeinnützigen Verein Verein Pakistan – Hilfe zur Selbsthilfe e. V. zu gründen. Der Verein engagiert sich systematisch und langfristig in Pakistan in den Bereichen Katastrophenhilfe, Bildung, Gesundheitsfürsorge und Infrastruktur.

Bisher wurden 96 % der eingegangenen Spenden in die Projekte investiert.

Welche konkreten Projekte haben Sie bereits umsetzen können?

In den letzten 13 Jahren hat die Organisation eine Vielzahl von Projekten realisiert, darunter u.a. Nahrungsmittelversorgung und Bau von Häusern für die Flutopfer, Unterstützung von ausgewählten Schulen durch den Bau und die Ausstattung von Klassenräumen, Spenden von Lehr- und Lernmitteln, Untersuchung hörbehinderter Kinder und Versorgung mit aus Deutschland gespendeten Hörgeräten und der Bau einer Trinkwasserversorgung für ein entlegenes Dorf am Nanga Parbat.

Mit großem Vergnügen konnte ich mithelfen, das erste Kinderzahnarztcamp zu konzipieren und umzusetzen. Wir spendeten unserem Partnerhospital den ersten vollständig ausgestatteten Zahnbehandlungsraum und führten das erste „Children’s Dental Camp“ durch. Meine Arbeit umfasste Extraktionen, Füllungen, präventive Zahnreinigungsmaßnahmen und Informationsveranstaltungen zur Zahnpflege in ausgewählten Schulen.

Welche weiteren Projekte planen Sie und wer unterstützt Sie dabei?

Ich selbst habe viel Erfahrung in der Ausbildung und im Arbeitsalltag gesammelt und gesehen, wie man das Leben der Menschen verändern und verbessern kann. Deshalb setze ich mich sehr für Bildung ein und glaube, dass es Wunder bewirken kann, wenn man diese Qualität der kommenden Generation vermittelt.

Mein Vater stammt ursprünglich aus einem kleinen Dorf in Pakistan. Er hat mir ein Stück Land geschenkt, auf dem ich eine Schule bauen kann. Es gibt in dieser Gegend keine qualitativ hochwertigen Schulen, speziell für Mädchen. Daher glaube ich, dass ein großer Bedarf für so etwas besteht.

Verein Pakistan – Hilfe zur Selbsthilfe e. V. und ich haben im Dezember 2022 mit ersten Planungen für eine Schule auf diesem Grundstück begonnen. Es soll ein zweistöckiges Schulgebäude für etwa 200 Kinder entstehen. Es handelt sich um eine Grundschule für die Klassen 1 bis 5.

Darüber hinaus soll die Schule über einen Computerraum, eine Bibliothek, ein Naturwissenschaftslabor und einen Spielplatz für Kinder verfügen. Wir haben dieses Projekt in die Phasen Beschaffung der Kräfte und Mittel, die Bauphase und die Schulung der Lehrkräfte unterteilt. Die Schule soll ein nachhaltiges Modell für den Schulbetrieb in Eigenverantwortung werden. Das Design der Schule ist modern, schlicht und zweckmäßig.

Zurzeit sind wir in der Phase der Mittelbeschaffung und bitten alle, die dieses Projekt für sinnvoll und unterstützenswert halten, uns dabei zu helfen, dieses Traumprojekt zu realisieren. Erwartete Projektkosten für das Schulgebäude 140.000,-€ und für die Ausstattung 50.000,-€.

Erziehung und Bildung eines Kindes kann lebensverändernd sein und ungeahnte Perspektiven eröffnen. Gemeinsam können wir etwas Großes verwirklichen.



Dr. Jameela Abdul Haq

Kinder- & Jugendzahnärztin
KU64, DIE ZAHNSPEZIALISTEN
Kurfürstendamm 64, 10707 Berlin
E-Mail: Abdul-Haq@ku64.de



CGM



CGM XDent: Einfach, sicher und flexibel

Mit CGM XDent der CGM Dentalsysteme können sich Zahnmedizinerinnen und Zahnmediziner voll und ganz auf die optimale Versorgung ihrer Patienten konzentrieren. Ob in puncto Einfachheit, Sicherheit, Flexibilität oder Patientenzufriedenheit: CGM XDent ist eine cloudbasierte Praxissoftware, die Zahnärztinnen und Zahnärzten von allem das Maximum bietet. Sie gestaltet sich einfach von der Installation bis zur Bedienung, sicher dank höchster Datenschutzstandards und flexibel auf Grund seines Datenzugriffs, der so variabel wie noch nie gelingt.

Angebundene digitale Tools wie das Arztsuchportal Clickdoc von CGM und die Clickdoc Videosprechstunde sowie die digitalen Anwendungen der Telematikinfrastruktur (TI) fördern die Patientenzufriedenheit. Rechtzeitig zum Markteintritt in der zweiten Jahreshälfte 2023 wurden weitere Funktionen wie z. B. der Online-Anamnesebogen und das 3-D-Zahnschema für eine optimale Betreuung und Beratung der Patientinnen und Patienten umgesetzt.

www.cgm-dentalsysteme.de

COLTENE



Workshops und Events: Der Schweizer Dentalspezialist COLTENE lädt wieder einmal ein

Vom 28. bis 30. September ist COLTENE auf dem österreichischen Kongress für Zahnmedizin in Salzburg zu finden, wo das Fachpublikum in einem Workshop mit der Zahnärztin Olga Gopp sein Fachwissen zum Thema Kofferdam auffrischen und in begleitenden Praxisübungen auf den Prüfstand stellen kann. Selbiges gilt für Dr. Sylvia Rahm, die in ihrem Kurs die verschiedenen Systeme und Methoden im Bereich Komposit-Restauration vorstellt und erläutert. Daneben kann man die Services und Produkte von COLTENE am 13. und 14. Oktober auf der Fachdental Südwest in Stuttgart sowie vom 23. bis 25. November auf der 5. Gemeinschaftstagung Zahnerhaltung in München erleben. Bei beiden Events ist COLTENE als Aussteller vor Ort, in München obendrein mit einem Endo-Workshop von Dr. Antonis Chaniotis. Nicht zuletzt bietet COLTENE ganzjährig eigene Workshops, Seminare und Online-Webinare an. Eine Übersicht zu aktuellen Terminen an der Dental Management Academy hier: <https://www.coltene.com/de/events-weiterbildung/>.

www.coltene.de

DAISY



DAISY Besser. MEHR Abrechnungswissen

Die DAISY Akademie + Verlag GmbH vermittelt seit über 45 Jahren qualitätsorientiertes Abrechnungswissen für die zahnärztliche Praxis. Wir weisen den Weg zu einer aufwandsgerechten Vergütung aller in der Praxis erbrachten Leistungen unter Beachtung der geltenden gesetzlichen und betriebswirtschaftlichen Erfordernisse. Das digitale Nachschlagewerk *DIE DAISY* unterstützt Praxen bei der Ermittlung qualitätsorientierter Honorare. Daneben vertrauen unsere Kunden auf unsere regelmäßigen Abrechnungsupdates (Frühjahrs- und Herbst-Seminar) sowie auf viele weitere immer aktuelle Fortbildungsthemen. Mit Präsenz-Seminaren, Live-Webinaren und Streaming-Videos bleiben hierbei keine Wünsche offen. DAISY-Kunden wissen mehr!

www.daisy.de



IVOCLAR



Neue Fortbildungsangebote – Hier ist für jeden etwas dabei

Auf der Wissensplattform Ivoclar Academy finden Sie jetzt die neuen Fortbildungsangebote für das 2. Halbjahr 2023.

Besuchen Sie unsere Ivoclar Academy und stöbern Sie durch unsere attraktiven Angebote:

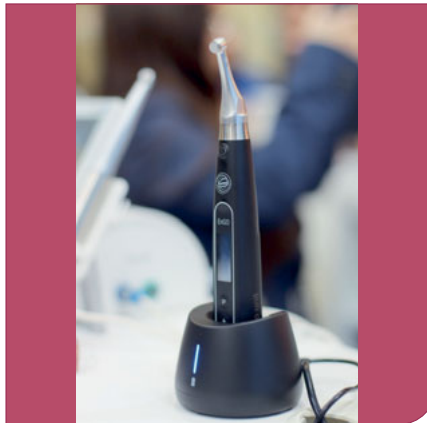
- Präsenzveranstaltungen: Seminare, Workshops und Symposien sind die optimale Verbindung von Fortbildung und Austausch mit Kollegen,
- Ein breites Angebot an Webinaren: Abrufbar zu Hause, in der Praxis, im Labor oder von unterwegs.

Sehr beliebt sind Workshops und praktische Kurse, weil sich deren Inhalt meist sehr schnell in der eigenen Praxis umsetzen lässt.

Die Webinare on demand erfreuen sich ebenfalls großer Beliebtheit, da sie unabhängig von Zeit und Ort angeschaut werden können und viele Themen abdecken. Es finden sich hier Webinare zur adhäsiven Zahnheilkunde, zum Einsatz von Zirkonoxid, zur effizienten und ästhetischen Füllungstherapie, zur Prophylaxe, zur Digitalisierung und zu vielen weiteren Aspekten der modernen Zahnheilkunde.

www.ivoclar.de

KOMET



Let's go – mit EnGO!

Das Komet Handstück EnGO ist das neue Multitalent für die Endodontie. Es eignet sich sowohl für die reziprozierende als auch rotierende Arbeitsweise und bietet individuelle Einstellungsmöglichkeiten zu Drehzahl, Torque und Winkel. Die integrierte Speicherfunktion bietet Platz für bis zu zehn unterschiedliche Bewegungsmodi. Die Spezifikationen für die meistgenutzten Feilen in der Praxis können im Gerät gespeichert werden, die Parameter aller Komet Feilensysteme sind vorinstalliert. Der integrierte Apexlokator arbeitet in Echtzeit und das integrierte LCD-Display lässt sich nach den persönlichen Bedürfnissen einstellen. EnGO ist eben ein Multitalent, das den Schnellstart direkt ab der ersten Behandlung erlaubt!

Dem Anwender wird außerdem die durchdachte Ergonomie auffallen: EnGO liegt geschmeidig und ausgewogen in der Hand, eignet sich für Rechts- wie auch Linkshänder und bringt maximale Kontrolle in die Behandlung. Dank seines um 360° drehbaren Winkelstücks erlaubt EnGO einen optimalen Zugang zum Behandlungsort, während der schlanke Winkelstückkopf ein besonders großes Sichtfeld auf die Behandlungsfläche ermöglicht – alles kabellos mit maximaler Flexibilität.

www.kometdental.de

MANI



JIZAI Feilen: NITI-Feilen der neuesten Generation aus Japan

Die neuen JIZAI-Feilen zeichnen sich durch drei wesentliche Eigenschaften aus:

- Sicherheit
- Flexibilität
- Beibehaltung der ursprünglichen Kanal-anatomie

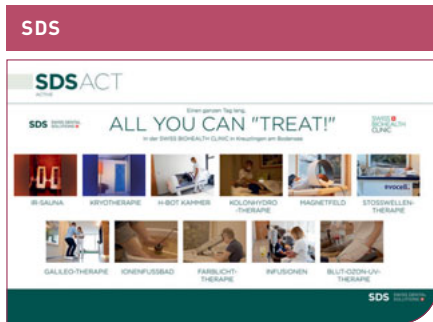
Die JIZAI Feilen werden einer speziellen Wärmebehandlung unterzogen. Dies und der einzigartige, geringe Querschnitt sind wichtige Faktoren für die hohe Flexibilität und die herausragende Behandlungssicherheit der Feilen. Ein Alleinstellungsmerkmal in der heutigen Feilentechnologie sind die als radial lands bezeichneten glatt polierten Oberflächen, die als Führungsflächen im Wurzelkanal dienen. In Kombination mit scharfen Schneidkanten und einer passiven Führungsspitze gewährleisten sie gleichzeitig eine effektive und minimalinvasive Kanalpräparation unter Beibehaltung der ursprünglichen Kanal-anatomie. So können auch anspruchsvolle Kanal-anatomien sicher und effektiv behandelt werden.

www.mani.co.jp/en

ivoclar



MANI



Stressbewältigung mit SDS

Die Erhaltung Ihrer Gesundheit und Ihres Wohlbefindens ist entscheidend für die optimale Versorgung Ihrer Patienten. Bei SWISS DENTAL SOLUTIONS erhalten Zahnärzte und Patienten eine Vielzahl von Behandlungen im Rahmen ihrer täglichen Routine oder zahnärztlichen Eingriffe. Wenn Sie die folgenden Tipps befolgen und ein Gleichgewicht zwischen Beruf und Privatleben herstellen, können Sie Ihre Arbeitszufriedenheit und Ihre allgemeine Gesundheit verbessern. SDS bietet Folgendes an:

- **KRYO: ONE COLD THERAPY** (3 Minuten, 3-mal pro Woche): Das KRYO: ONE System verwendet elektrische Kompressoren, um eine Ganzkörper-Kältetherapie in einer kontrollierten Umgebung durchzuführen.
- **Infrarotsauna** (30 Minuten pro Woche): Infrarotsaunen nutzen elektromagnetische Strahlung, um den Körper zu erwärmen, anstatt die Umgebungsluft zu erhitzen. Die Infrarotpaneele dringen in das menschliche Gewebe ein und sorgen für eine effektive Wärmezufuhr.

In dem Sie diese SDS-Vorschläge in Ihre Routine einbauen, können Sie Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden in den Vordergrund stellen und gleichzeitig Ihren Patienten eine hervorragende Pflege bieten.

www.swissdentalsolutions.com

SDS SWISS DENTAL SOLUTIONS

DENTAL ENGLISH

Der Englisch-Podcast für den Praxisalltag mit Sabine Nemeč

Überall, wo's Podcasts gibt!

QUINTESSENCE PUBLISHING



Erfolg durch Austausch

Ob Frau oder Mann, ob Einbehandlerpraxis oder Gemeinschaftspraxis, ob Neugründerin oder erfahrene Praxisinhaberin – Fortbildungsveranstaltungen sind für alle wichtig.

Es gibt viele Gründe für die Teilnahme an Fortbildungsveranstaltung: Sich mit Kolleginnen und Kollegen austauschen, von Profis lernen oder sich als Expertin einen Namen machen sind nur einige davon. Das Ziel: Die Praxis voranbringen und Patienten bestmöglich versorgen.

Ein weiterer wichtiger Grund ist etwa die kontinuierliche Weiterentwicklung der Zahnmedizin. Technologien, Verfahren und Materialien stehen ständig auf dem Prüfstand. Wer seine Patienten bestmöglich versorgen möchte, muss wissen, worüber die Zahnwelt diskutiert und was aktuell angesagt und sinnvoll ist.

Das ist zum Beispiel möglich auf dem jährlich stattfindenden Anwendertreffen von goDentis. Hier treffen sich „alte Hasen“, Neugründer, Kieferorthopäden, Parodontologen und Implantologen. Unter dem Motto „Neues wagen“ erwartet die Teilnehmer in diesem Jahr ein spannendes Programm mit Referenten wie Dr. Alexander Nussbaum (Philip Morris Deutschland), Jonas Nachtigall (Crocodile Health GmbH) und Silvia Fresmann (Deutsche Gesellschaft für Dentalhygieniker/-innen e. V.). Weitere Infos auf godentis.de/anwendertreffen.

www.godentis.de



ICH BEANTRAGE DIE AUFNAHME IN DEN DENTISTA VERBAND

Name/Vorname _____

PLZ/Ort _____

Straße/Hausnummer _____

Geb.-Datum _____

Telefon/Telefax _____

E-Mail _____

Website _____

Beruf _____

... als

- ordentliches Mitglied: 175,- EUR Jahresbeitrag
- Mitglieder Studium / Assistenz / Elternzeit / Ruhestand: 15,- EUR Jahresbeitrag
- alleinerziehendes Mitglied: 87,50 EUR Jahresbeitrag
- Fördermitglied / natürliche Person: 175,- EUR Jahresbeitrag
- Fördermitglied / juristische Person: 450,- EUR Jahresbeitrag
- Ich überweise selbst nach Rechnungseingang
- Ich bitte um SEPA-Lastschriftzug von meinem Konto:

IBAN: _____

BIC (bei Auslandsgeldverkehr) _____

Die Gläubiger-Identifikationsnummer des Dentista Verbandes: DE02ZZZ00000302282

Freiwillige statistische Angaben:

Kinder: Nein Ja, Anzahl _____

Ort der Tätigkeit:

Einzelpraxis BAG Labor

Unternehmen Hochschule Anderes

Fachliche Schwerpunkte _____

Die Satzung des Verband der Zahnärztinnen - Dentista e. V. ist mir bekannt. Mit der Zusendung des Mitgliederjournals/des Newsletters bin ich einverstanden (falls nicht, bitte Entsprechendes streichen).

Datum/Unterschrift _____

Bitte per Fax an Dentista:
030 / 26 39 17 30 32 46

Oder per Post an: Dentista e.V.,
Amelie Stöber, Schuckertdamm 332, 13629 Berlin

DENTISTA-KONTAKT

Telefon: 030 / 2581 1757 • info@dentista.de
www.dentista.de

Anzeige

copyright by
all rights reserved



MUNDTROCKENHEIT
Ein Ratgeber für Betroffene und Angehörige

Andreas Filippi, Virginia Ortiz, Cornelia Filippi, Fabio Saccardin

PATIENTENRATGEBER

Andreas Filippi | Virginia Ortiz | Cornelia Filippi | Fabio Saccardin

Mundtrockenheit
Ein Ratgeber für Betroffene und Angehörige

Softcover, 72 Seiten, 38 Abbildungen, Artikelnr.: 23540
Staffelpreise:
1-4 Exmpl. je € 14,80 | ab 5 Exmpl. je € 12,80 | ab 10 Exmpl. je € 9,80 | ab 20 Exmpl. je € 6,80

Patientinnen und Patienten mit Mundtrockenheit erleiden deutlich spürbare Einschränkungen im Mundraum und damit einhergehend kann die gesamte Lebensqualität beeinträchtigt sein. Ziel dieses Ratgebers ist es, Betroffene und Angehörige über alles zu informieren, was das Thema Speichel und Mundhöhle betrifft, um eine Linderung der Beschwerden zu ermöglichen, aber auch um aufzuzeigen, wann sich Betroffene spätestens an eine spezialisierte Praxis wenden sollten.






www.quint.link/mundtrockenheit

buch@quintessenz.de

+49 30 76180-667

IMPRESSUM

Dentista

Wissenschaft | Praxis | Leben

Offizielle Zeitschrift des Verband der Zahnärztinnen - Dentista e. V.

Herausgeber:

Christian Wolfgang Haase

Herausgeber Emeritus:

Dr. h. c. H.-W. Haase

Geschäftsführung:

Christian Wolfgang Haase

Redaktionsleitung Zeitschriften:

Dr. Marina Rothenbücher

Verlag:

Quintessenz Verlags-GmbH,
Ifenpfad 2-4,
12107 Berlin

Redaktion:

Susann Lochthofen

Vertrieb:

Adelina Hoffmann, abo@quintessenz.de

Anzeigen:

Markus Queitsch, queitsch@quintessenz.de, 0172 / 9 33 71 33

Layout:

Nina Küchler

Herstellung:

Ina Steinbrück

Kontakt und Redaktion Dentista Verband:

Amelie Stöber, stoeber@dentista.de

Copyright © 2023 Quintessenz Verlags-GmbH Berlin

Die „Dentista“ erscheint in der Quintessenz Verlags-GmbH, Ifenpfad 2-4, 12107 Berlin, Geschäftsführer Christian Wolfgang Haase, 93 HRB 15 582, Telefon 030/761 80-5, Fax 030/761 80 680, E-Mail: info@quintessenz.de, Web: www.quintessencepublishing.com; Zweigniederlassung: 83700 Rottach-Egern.

Bei redaktionellen Einsendungen ohne besonderen diesbezüglichen Vermerk behält sich der Verlag das ausschließliche Recht der Vervielfältigung in jeglicher Form sowie das der Übersetzung in fremde Sprachen ohne jede Beschränkung vor. Die in der Zeitschrift veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Mit Ausnahme der gesetzlich zugelassenen Fälle ist eine Verwertung ohne Einwilligung des Verlages strafbar. Der Verlag haftet

nicht für die Richtigkeit mitgeteilter Angaben. Als Originalarbeiten werden grundsätzlich nur Erstveröffentlichungen angenommen. Nach Annahme für eine Veröffentlichung dürfen diese Arbeiten nicht in gleichem oder ähnlichem Wortlaut an anderer Stelle angeboten werden. Die Redaktion behält sich vor, den Zeitpunkt der Veröffentlichung zu bestimmen.

Die „Dentista“ erscheint vierteljährlich im März, Mai, August und November.

Bezugspreise: Jahresabonnement 2023 Inland 48,- EUR (Ausland: 56,- EUR), Einzelheft 15,- EUR. Die Abonnementpreise verstehen sich einschl. MwSt. und sämtlicher Versandkosten. Sofern nichts anderes vereinbart ist, laufen Abonnements zunächst für 12 aufeinander folgende Monate und verlängern sich anschließend automatisch auf unbestimmte Zeit zu den dann jeweils gültigen Preisen. Nach Ablauf der ersten Bezugszeit können Abonnements mit einer Frist von 30 Tagen zum Monatsende gekündigt werden. Bei Ausfall der Lieferung durch höhere Gewalt, Streik oder dergleichen ergeben sich hieraus keine Ansprüche auf Lieferung oder Rückzahlung des Bezugsgeldes durch den Verlag, Lieferung erfolgt auf Gefahr des Empfängers.

Zahlungen:

Quintessenz Verlags-GmbH,
Commerzbank AG Berlin,
IBAN: DE61100400000180215600, BIC: COBADEFF;
Deutsche Apotheker- und Ärztebank eG,
IBAN: DE36300606010003694046,
BIC: DAAEDEDXXX.
Anzeigenpreisliste Nr. 74, gültig ab 1. Januar 2023.
Erfüllungsort und Gerichtsstand Berlin.

ISSN: 2366-3634

Druck: WKS Print Partner GmbH, Felsberg,
www.wksgruppe.de



Digitale Prothetik
EVO fusion



Implantologie
Alle Systeme



Kieferorthopädie
Alle Platten/Apparaturen



Schnarchtherapie
Respire



Bleaching-System
Boutique Whitening



Kronen und Brücken
Alle Versorgungsarten



Aligner-System
TrioClear™



Intra-Oral-Scanner*
3Shape und Medit

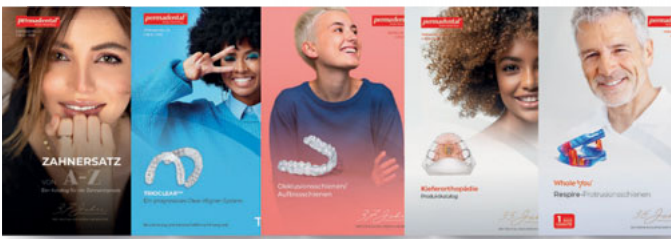
*Permardental verarbeitet die Daten sämtlicher gängigen Scanner-Systeme.

IHR VERLÄSSLICHER PARTNER FÜR JEDE ZAHNTECHNISCHE LÖSUNG!

WEIT MEHR ALS NUR KRONEN UND BRÜCKEN



KATALOGE:
Inspiration und Information



Fordern Sie kostenlos und unverbindlich Ihre
Wunsch Kataloge an: www.permadental.de/kataloge
02822-71330 22 | kundenservice@permadental.de

„DER ARBEITSTAG EINER ZAHNARZTPRAXIS
IST WIE EINE PRALINENSCHACHTEL - MAN
WEIß OFT NICHT, WAS EINEN ERWARTET!“

DAISY
AKADEMIE + VERLAG GMBH

copyright
rights reserved
Quintessenz



Immer. Aktuelles Abrechnungswissen. Das **Herbst-Seminar** 2023

- ✓ **Perfekte Dokumentation:** Das Fundament für betriebswirtschaftlich stimmige Honorare
- ✓ Raus aus den **Klauen von Budget und HVM:** Mehr GOZ und weniger Bema!
Für begrenzte Mittel kann es nur begrenzte Leistung geben!
- ✓ Aktuelle Handlungsoptionen bei **Konservierenden Leistungen:**
Direkte Rekonstruktionen (§ 6 Abs. 1) versus Restaurationen (MKV)
- ✓ **Zahnersatz:** Fallstricke bei der Konformität zwischen zahnärztlichen und zahntechnischen Leistungen erkennen und vermeiden
- ✓ **Ausblick:** Es gibt keine Probleme – nur Lösungen!
- ✓ u. v. a. m.

Wir nehmen den Praxen die Abrechnung nicht aus der Hand, sondern wir befähigen sie, durch unsere Fortbildungen ihre so wichtige Unabhängigkeit und Souveränität in allen Fragen zur Abrechnung zu bewahren und ihrer Verantwortung gerecht zu werden.
Überzeugen Sie sich selbst: „**DAISY Kunden wissen mehr!**“

Abrechnungswissen pur an über 32 Standorten:
Finden Sie Ihren passenden Termin und melden
Sie sich noch heute ganz einfach auf **daisy.de** an!

