



19. Fortbildungstagung in Warnemünde

Sehr geehrte Mitarbeiterinnen, unlängst fand die bereits 19. Fortbildungstagung für die Zahnarthelferinnen und Zahnmedizinischen Fachangestellten in Warnemünde statt. In diesem Jahr stand uns das Kurhaus nicht zur Verfügung und wir mussten mit einem etwas kleineren Saal im Technologiepark Warnemünde vorlieb nehmen. Dass dies nicht unbedingt eine schlechte Entscheidung war, bestätigten viele Teilnehmerinnen im Anschluss an die Veranstaltung. Sie war wie immer verbunden mit dem Zahnärztetag der Zahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommerns. In diesem Jahr war es ein ganz besonderer Zahnärztetag. Da er zum 20. Mal stattfand, wurde in seinem Programm ein feierlicher Festakt zum 20. Jahrestag der Zahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommern begangen. Gerade hinsichtlich der Verbesserung der Mundhygiene bei Kindern und



ZA Mario Schreen, Referent für ZAH/ZFA

Jugendlichen wurde in den letzten 20 Jahren sehr viel erreicht. Dies wusste auch die Ministerin für Soziales und Gesundheit Manuela Schwesig zu würdigen, indem sie sagte: „Kein anderer Berufsstand verwirklicht den Grundsatz, Vorbeugen ist besser als Heilen, so eindrucksvoll wie die Zahnärzte. Wir haben seit der Wende beeindruckende und nachweisbare Erfolge bei der Zahn- und Mundgesundheit unserer Kinder und Jugendlichen erzielt.“



Ein Blick in das Auditorium der Fachtagung 2011 im Technologiepark Warnemünde

Zur Eröffnung der Fortbildungstagung der ZAH/ZFA untermauerte der Kammerpräsident Dr. Dietmar Oesterreich dies mit klaren Fakten, in dem er sagte: „Wir verzeichnen in unserem Bundesland einen Kariesrückgang bei den Altersstufen der 6 - 7 Jährigen von 43,5 Prozent und bei den 12 Jährigen sogar von 72 Prozent. Damit belegt Mecklenburg-Vorpommern im bundesweiten Vergleich schon lange nicht mehr einen Platz im hinteren Bereich. Dieser Erfolg basiert jedoch nicht nur auf der Leistung der Zahnärztinnen und Zahnärzte. Einen wesentlichen Anteil haben Sie, die in vielen Praxen äußerst fleißigen Zahnarthelferinnen und Zahnmedizinischen Fachangestellten, dazu beigetragen. Gerade die durch Sie zahlreich durchgeführten Individual- und Gruppenprophylaxemaßnahmen in der Praxis sowie in den Kindergärten und Schulen, sind ein wesentlicher Bestandteil dieses Erfolges. Darauf sollten wir uns nicht ausruhen, sondern dies als Motivation für kommende Aufgaben nutzen“, betonte Dr. Dietmar Oesterreich.

Den ersten Vortrag hielt im Anschluss Dr. Karina Grohmann aus der Klinik für Kinder und Jugendmedizin der Univer-

sität Greifswald. Obwohl das Thema „Die Entwicklung im Kindesalter und Kinderkrankheiten“ im ersten Moment nicht den Eindruck erweckte, eine hohe Relevanz für die Zahnarztpraxis zu haben, so konnten doch viele eindrucksvoll vorgetragene Aspekte dies widerlegen.



Dr. K. Grohmann



Prof. Dr. C. Splieth

Darauf aufbauend berichtete Prof. Splieth von der Universität Greifswald über vielfältige Möglichkeiten der Sanierung im Milchgebiss. Nicht nur die Füllungstherapie, sondern weitergehende Methoden in Form von Stahlkronen und Endodontie, werden verstärkt am Milchzahn angewandt. Wie immer konnte er die Zuhörer in einem begeisternden Vortrag mitreißen.

Nach der wohlverdienten Pause eröffnete Dr. Anja Treuner aus Cottbus den zweiten Teil des Vormittages. Auch wenn das Problem der Nuckelflaschenkaries schon oft auf den Fortbildungstagungen thematisiert wurde, so werden doch immer wieder neue Gesichtspunkte erwähnt, die dann in den Praxen umgesetzt werden können. Dr. Treuner bemerkte nicht zu unrecht, dass gerade auf diesem Gebiet weitere Anstrengungen in unserem Bundesland, insbesondere durch unsere Mitarbeiterinnen, unternommen werden müssen, um ein Absenken dieser gravierenden Erkrankung zu erreichen.



Dr. Anja Treuner

Auch wenn ein Sprichwort sagt: „Den Letzten beißen die Hunde“, so konnte man dies nicht auf die überraschende Rede Dr. Kuwatschs übertragen. Er ist bereits seit vielen Jahren auf dem Gebiet der Kinderhypnose in der eigenen Praxis in Rostock tätig und gab auf sehr amüsante Weise seine Erlebnisse und Erfahrungen an das Auditorium weiter. Überraschend war für viele, dass bereits kleine Handgriffe und eine intensivere Wahrnehmung des Kindes genügen, um große Behandlungserfolge in der täglichen Arbeit zu erreichen.



Dr. Kuwatsch

Hier möchte ich auch die Chance nutzen, um mich bei meinem Kollegen Dr. Kuwatsch zu bedanken.

Da krankheitsbedingt ein Seminar auszufallen drohte, ließ er sich nicht lange bitten und gestaltete in kürzester

Vorbereitungszeit, einen absolut spannenden Nachmittag, der viele Teilnehmerinnen fesselte.

Liebe Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, die Fortbildungstagung war wieder ein großer Erfolg, der jedoch nur durch die vielen fleißigen Hände der Kammergeschäftsstelle, insbesondere durch Annette Krause, bewerkstelligt werden konnte. Auch ihnen gilt mein besonderer Dank.

In diesem Jahr kommen auf die Zahnarztpraxen noch große Aufgaben zu. So beschloss das Bundeskabinett in seiner Sitzung am 21. September 2011 die lang erwartete Novellierung der GOZ (Änderung nach 23 Jahren). Dass diese immer noch nicht den aktuellen Gegebenheiten entspricht, steht auf einem anderen Blatt. So konnten jedoch zumindestens einige begrüßende Änderungen vorgenommen werden.

Für Sie bedeutet dies mit großer Wahrscheinlichkeit ab dem 1. Januar 2012 veränderte Abrechnungsmodalitäten in den Praxen. Mit regionalen Großveranstaltungen wird Sie die Zahnärztekammer rechtzeitig darüber informieren.

Zahnarzt Mario Schreen
Referatsleiter ZAH/ZFA

Ingelore Sievert - ein Urgestein verabschiedet sich in den Ruhestand

Die Zahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommern verabschiedet sich an dieser Stelle von Ingelore Sievert, welche sich in den Altersruhestand begeben hat.



Vielen Dank an Ingelore Sievert

Sie war Jahrzehnte an der Universität der Hansestadt Rostock als „Schwester“ Ingelore an der Seite von Prof. Dr. Heinrich von Schwanewede und nach dessen Ruhestand mit Prof. Dr. Peter Ottl tätig. An der Universität, die zu einer konstanten Größe bei der Ausbildung von Auszubildenden in unserem Bundesland zählt, war sie für alle Belange, die im Zusammenhang mit der Ausbildung unserer jungen Zahnmedizinischen Fachangestellten standen, mit viel Liebe und Engagement bei der Sache. Ingelore Sievert arbeitete als streitbares Mitglied im Berufsbildungsausschuss der Zahnärztekammer M-V und setzte sich für optimale Rahmenbedingungen der Ausbildung im gesamten Bundesland ein. Gleichzeitig war sie jahrelang ein

aktives Mitglied im Prüfungsausschuss Rostock und beendete hier ihre Tätigkeit mit den Abschlussprüfungen im Sommer 2011.

Mit ihrem unermüdlichen Einsatz und Engagement war sie stets bestrebt, das Berufsbild der Zahnarthelferinnen und Zahnmedizinischen Fachangestellten aktiv mitzugestalten. Dabei lag ihr die Ausbildung ganz besonders am Herzen.

Liebe Ingelore Sievert, wir danken Ihnen für die Zusammenarbeit und wünschen Ihnen an dieser Stelle Gesundheit und alles Gute für den wohlverdienten Ruhestand.

Zahnarzt Mario Schreen
Referatsleiter ZAH/ZFA

Erfolgreiche Prüfung für 93 Absolventinnen zur Zahnmedizinischen Fachangestellten

Feierliche Übergabe der Abschlusszeugnisse im Rostocker Rathaus

Eine festliche Atmosphäre erwartete die 35 frisch gebackenen Zahnmedizinischen Fachangestellten und die weiteren Absolventinnen der Beruflichen Schule „Alexander Schmorell“. Die ZFAs durften sich gemeinsam mit den Medizinischen Fachangestellten, Tiermedizinischen Fachangestellten und Pharmazeutisch-technischen Fachangestellten glücklich schätzen, denn drei Jahre Ausbildung lagen nun hinter ihnen. Die Absolventinnen aus den Gesundheitsfachberufen nahmen ihre Berufsschul-



ZFA 81 der Berufsschule Rostock mit ihrer Fachlehrerin Steffi Leingang (rechts)

zeugnisse und Kammerprüfungszeugnisse am 14. Juli 2011 im Rathaus in Rostock in Empfang. Die Schulleiterin der Beruflichen Schule in Rostock, Dipl. Päd. Sylvia Bartsch, hatte als Organisatorin dieser Festveranstaltung gemeinsam mit ihrem Lehrerkollegium Vertreter aus allen zuständigen Kammern für diesen feierlichen Festakt als Redner geladen. Die Absolventinnen wurden mit anerkennenden Worten in das Berufsleben entlassen. Das absolute Highlight an diesem Nachmittag war die peppige Musik. Für die musikalische Umrahmung sorgte Andreas Pasternack und der Musikchor der Beruflichen Schule Rostock.



ZFA der Berufsschule Schwerin

Kein Fuß blieb im Auditorium ruhig auf dem Boden stehen, als Andreas Pasternack mit seinem Musikkollegen durch die Veranstaltung jazzte.



Absolventen zur ZFA 82 der Berufsschule Rostock

Nach der gelungenen Festveranstaltung wurde zum „Get-together“ ins Rathausgewölbe geladen und dem Festakt ein würdiger Abschluss verliehen.

Übergabe der Zeugnisse durch den Hauptgeschäftsführer Rechtsanwalt Peter Ihle in Schwerin

In den Seminarräumen der Zahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommern wurden die 23 Schweriner Absolventinnen durch den Hauptgeschäftsführer der Zahnärztekammer M-V Rechtsanwalt Peter Ihle und Dipl. Med. Päd. Andreas Holzmüller in das Berufsleben mit ihren Berufsschul- und Kammerzeugnissen verabschiedet. Die Absolventinnen waren in Begleitung ihrer Eltern und Freunde zu diesem Anlass erschienen. Auch waren einige Ausbilder eigens zur Verabschiedung angereist, um ihren „Sprösslingen“ zu gratulieren. Musikalisch wurde die Zeugnisübergabe in Schwerin durch zwei Abiturientinnen umrahmt, die ihr Talent auf der Gitarre vorführten.

Waren - Zahnmedizinische Fachangestellte ins Berufsleben verabschiedet

Die Berufliche Schule Waren verabschiedete 14 Zahnmedizinische Fachangestellte und hatte hierzu die ehemaligen Auszubildenden mit ihren Eltern und Ausbildern eingeladen. Dipl. Med. Päd. Carola Nagel hatte für die Veranstaltung in einem Hotel in Waren ein Büfett anrichten lassen. Dr. Jürgen Homuth, als Vertreter des Prüfungsausschusses in Waren, schaute bei seiner Abschiedsrede in glückliche Gesichter. Er verabschiedete die frischgebackenen ZFAs mit der Übergabe der Zeugnisse in ihr zukünftiges Berufsleben.



Dipl. Med. Päd. Carola Nagel (v. rechts) mit den Zahnputzfeen des 2011er-Jahrganges

Freisprechung in Greifswald

In Greifswald wurden durch Dr. Angela Löw, Vertreterin des Prüfungsausschusses und Mitglied im Vorstand der Zahnärztekammer M-V, und Dipl. Med. Päd. Gundula Lembke die Prüfungszeugnisse an 20 Absolventinnen und einen Absolventen übergeben. Beide sprachen ihre Anerkennung für die erfolgreich abgeschlossene Ausbildung aus und wünschten den Absolventinnen alles Gute für die Zukunft. Im Anschluss gab es einen Eisbecher, auch wenn man in diesem Sommer nicht unbedingt eine Abkühlung brauchte.

Annette Krause
Referat ZAH/ZFA



Dipl. Med. Päd. G. Lembke (Fachlehrerin an der BS HGW, re) mit Ihrer Abschlussklasse

Stolzer Rückblick und gute Aussichten



Schulbankdrücken lohnt sich immer

Alle Fachlehrer und Ausbilder können stolz auf die vergangenen Ausbildungsjahre zurückschauen. Die Ausbildungszeit hat für fast alle Auszubildende zu einem positiven Ende geführt. Wieder ist eine Generation an Fachkräften nachgewachsen. Fachpersonal, welches in den nächsten Jahren dringend in den Praxen benötigt wird. Erfreulicherweise wurden auch viele Absolventinnen entweder durch ihre Ausbilder

übernommen oder sie fanden schnell Anschluss in einer neuen Praxis. Allerdings gab es auch Absolventinnen, die sich für einen weiteren, neuen Ausbildungsweg entschieden haben.

Das Gesundheitswesen als wachsender Wirtschaftssektor in Mecklenburg-Vorpommern bietet für die Absolventinnen in den nächsten Jahren hervorragende Zukunftschancen. In den Praxen wachsen kompetente und freundliche Mitarbeiterinnen heran.

Sie tragen zum Erfolg einer Zahnarztpraxis bei. Den erworbenen Kompetenzen während der Ausbildung muss nun der „Feinschliff“ gegeben werden, um dann vielleicht im Weiteren auch den Weg zu finden, sich zu qualifizieren. Berufsbegleitende Fortbildungen, wie die zur Zahnmedizinische Prophylaxeassistentin und zur Zahnmedizinische Verwaltungsassistentin, werden durch die Zahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommern angeboten und bieten sich je nach Neigung als Qualifikationsmöglichkeit an.

Das Referat ZAH/ZFA der Zahnärztekammer M-V bedankt sich im Namen aller Absolventinnen bei allen Zahnarztpraxen und Fachlehrern der Beruflichen Schulen.

Annette Krause
Referat ZAH/ZFA

Kurs Zahnmedizinischen Verwaltungsassistentin im Dezember 2010 beendet

Für die 22 hoch motivierten Kursteilnehmerinnen und für einen jungen männlichen Kursteilnehmer aus Mecklenburg-Vorpommern und Hamburg gehört der 2. Kurs zum/zur „Zahnmedizinischen Verwaltungsassistenten/-in“ mit 370 Unterrichtsstunden längst der Geschichte an. Wir möchten es trotzdem nicht versäumen, die Leistungen der Kursteilnehmer des im Dezember 2010 in Rostock zu Ende gegangenen ZMV Kurses zu würdigen. Alle 23 Absolventen schlossen den Kurs mit der bestandenen Abschlussprüfung ab.

Neben der Arbeit in der Zahnarztpraxis und der Familie wurde von Januar bis Dezember des vergangenen Jahres das Lernen zum „Hobby“ der Kursteilnehmer. Der Fleiß wurde belohnt. Die Beste der Fortbildungsveranstaltung beendete den Kurs mit einem Notendurchschnitt von 1,0. Herzlichen Glückwunsch, Grit Häntzschel.

Der Gesamtdurchschnitt nach der mündlichen Abschlussprüfung von 1,5 spiegelt den Fleiß und das Engagement der Praxismitarbeiterinnen im



Die Prüfungskommission, Kerstin Nitsche (links), RA Adrienne Daub und Dr. Wolfgang Kuwatsch (rechts) mit ihren Prüflingen Grit Häntzschel - die Jahrgangsbeste, Susann Scheffler (hinten links) und Christin Theel (hinten rechts)

Kurs wieder. Ein Dank geht an dieser Stelle an das Referententeam des Kurses Kerstin Nitsche, Rechtsanwältin Adrienne Daub, Dr. Wolfgang Kuwatsch, Helge Kiecksee, Dr. Michael Grün und Annette Krause sowie an das Techno-

logiezentrum Rostock-Warnemünde für die Unterstützung bei der Bereitstellung der Räumlichkeiten.

Referat ZAH/ZFA

Aufstiegsfortbildungen nutzen

Qualifikationen, die zum Erfolg einer Praxis beitragen

Wer trägt auch in einem großen Maß am Erfolg in einer Zahnarztpraxis bei? Dies sind gerade die fleißigen Praxismitarbeiter/-innen, die dem Zahnarzt in großem Umfang Hilfestellung leisten und wichtige Tätigkeiten übernehmen. Dabei fühlen sie sich durch ihre Arbeit auch dem Patienten gegenüber verpflichtet. Diese Verpflichtung geht natürlich auch mit dem Willen einher, sich mit fachlicher Kompetenz in die Praxis einzubringen. Das während der Berufsschulzeit erworbene Wissen und die Erfahrungen, die in den Berufsjahren stetig erweitert werden, sind ein gutes Potential für jede Zahnarztpraxis.

In unserem Bundesland werden für die Praxismitarbeiter schon seit vielen Jahren Fortbildungen im Bereich Prophylaxe und Verwaltung angeboten. Die Nachfrage zeigt, dass weiterhin eine große Bereitschaft zur Qualifikation besteht. Die Prophylaxekurse in Schwerin, Rostock und Greifswald sind langfristig ausgebucht. Leider sind oft die Kurzsentschlossenen enttäuscht, wenn sie auf die Warteliste gesetzt werden.



PD Dr. Pahncke und Annette Krause mit den FHP-Kursteilnehmerinnen in Rostock

gestellten im Bereich Prophylaxe“ und zur „Zahnmedizinischen Prophylaxeassistentin“ abzudecken. So wird es auch in diesem Spätherbst wieder einen Kurs in Schwerin und einen Grundkurs in Greifswald geben. In Rostock wird der geplante ZMP-Kurs im November eröffnet.

Die Mühen, die im Zusammenhang mit der Organisation dieser Kurse stehen, sind nicht zu unterschätzen.

in Schwerin aus dem Grundkurs: „Fortgebildete ZAH/ZFA im Bereich Prophylaxe“ durch Prof. Dr. Sabine Fröhlich in die Zahnarztpraxen verabschiedet.

Aufgrund der Novellierung des Einsatzrahmens für Zahnmedizinische Fachangestellte musste der bislang bestehende Fortbildungskurs zur ZMP mit seinen Lehrinhalten neu strukturiert und erweitert werden. Die bislang erbrachten 350 Unterrichtsstunden mussten jetzt um 50 Stunden erhöht werden, damit eine bundesweite Anerkennung erfolgen kann. An der Umsetzung dieses Vorhabens waren Dr. Pahncke und Prof. Splieth im Vorfeld des Kurses gleichermaßen beteiligt und so wurden die Lehrpläne für die Prophylaxeassistentin neu modelliert. Prof. Splieth war im Fortbildungsjahr 2010/2011 speziell mit der Fortbildung zur „Zahnmedizinischen Prophylaxeassistentin“ erstmalig aufgefordert, dieses Mehr an Unterrichtsstunden zu erbringen. Dies konnte mit Bravour gemeistert werden, so dass 18 Absolventinnen am 18. Juni 2011 die Abschlussfeier mit einem Lächeln auf dem Gesicht und dem Zertifikat als „Zahnmedizinische Prophylaxeassistentin“ verlassen.



Die glücklichen Absolventinnen des ZMP-Kurses 2011 in Greifswald

Die Kursorganisatoren der Universitäten in Rostock, PD Dr. Dieter Pahncke und in Greifswald Prof. Dr. Christian Splieth, haben in jedem Jahr die schwere Aufgabe, den Bedarf für die an die Zahnärztekammer M-V gerichteten Nachfragen zur „Fortgebildeten Zahnarzthelferin/Zahnmedizinischen Fachan-

Auch die Freizeit, die jeder einzelne Referent Wochenende für Wochenende opfert, ist enorm. Dies ist hoch anzuerkennen.

Im Sommer diesen Jahres wurden 20 Kursteilnehmerinnen in Rostock durch PD Dr. Pahncke und 22 Mitarbeiterinnen

Die Zahnärztekammer bedankt sich bei PD Dr. Pahncke und Prof. Dr. Splieth und deren Teams bei der großartigen Unterstützung zur Umsetzung der Fortbildungen für das Zahnmedizinische Praxispersonal.

Annette Krause
Referat ZAH/ZFA

Aktuelle Erkenntnisse zu Burnout



Dagmar Moebius

Subjektive Befindlichkeitsstörung, Manager- oder Volkskrankheit? Verlegenheitsdiagnose, Modeerscheinung oder Totalausfall? Der Begriff Burnout ist längst in den allgemeinen Sprachgebrauch übergegangen. Eine Diagnose im klassischen Sinn ist Burnout jedoch nicht. Der Forschungsbedarf zur Thematik ist groß, doch man weiß inzwischen, welche körperlichen Veränderungen ungesunder Stress im Körper hervorruft.

Im ICD10 hat Burnout keine eigene Verschlüsselung. Den Begriff findet man im Kapitel XXI bei „Faktoren, die den Gesundheitszustand beeinflussen und zur Inanspruchnahme des Gesundheitswesens führen“ (Z00-Z99) oder bei „Personen, die das Gesundheitswesen aus sonstigen Gründen in Anspruch nehmen“ (Z70-Z76). Als zweiter Unterpunkt in der Kategorie Z73 „Probleme mit Bezug auf Schwierigkeiten bei der Lebensbewältigung“, erscheint Ausgebranntsein [Burn out].

Was ist Burnout?

Eine einheitliche Definition gibt es nicht. Auch über die Schreibweise herrscht keine Einigkeit. „Burn-out“. „Burnout“. „burn out“. Wörtlich: ausgebrannt. Der New Yorker Arzt und Psychoanalytiker Herbert Freudenberger verwendete den Begriff „Burnout“ erstmals 1974. Drei Dimensionen beschrieb er damit: emotionale Erschöpfung, eine gleichgültige, gefühlsarme oder zynische Einstellung gegenüber Kollegen und Patienten und eine negative Einschätzung der persönlichen Leistungskompetenz.

Tatsächlich kann das Nervensystem und der sonstige Körper nicht „ausbrennen“, merkt der österreichische Psychiater, Neurologe und Psychotherapeut, Dr. med. Othmar Mäser, an. Er vermutet: „wahrscheinlich wollte der Erfinder dieses Wortes ausdrücken, dass bei einer solchen gesundheitlichen Störung schlussendlich ein Zustand eintritt, bei dem es nur sehr langsam zu einer gesundheitlichen Erholung kommt.“

„Die Burnout-Forschung fokussierte sich zunächst auf psychosoziale Helferberufe. Vor allem Berufe, die ein Klientel versorgen, von dem wenige positive Rückmeldungen kommen, wie Krankenpflegekräfte, Sozialarbeiter, Psychologen, Ärzte oder Lehrer, tragen ein hohes Burnout-Risiko“, berichtet Professor Peter Joraschky, Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychotherapie und Psychosomatik am Universitätsklinikum Dresden. Besonders gefährdet sind Personen mit hohem Pflichtbewusstsein, hoher Leistungsbereitschaft, starker Identifikation mit der Arbeit und Perfektionismus. Und die von der Bestätigung durch andere abhängig sind und eigene Bedürfnisse vernachlässigen. Daher stammt der viel zitierte Spruch: „Nur wer entflammt war, kann ausbrennen.“

Der Psychologe und Burnout-Experte Professor Matthias Burisch definiert das Phänomen wie folgt:

- Burnout ist ein krisenhafter Prozess, der nicht von einem Tag auf den anderen ausbricht.
- Burnout ist im Kern ein emotionales Phänomen, das gleichwohl Körper und Geist in Mitleidenschaft ziehen kann.
- Burnout kann zu völliger Arbeitsunfähigkeit, bis hin zum Suizid führen.
- Burnout verursacht bei den Betroffenen (und den ihnen Nahestehenden) Leid, aber auch beträchtliche volkswirtschaftliche Kosten.

Wie äußert sich Burnout?

„In der Regel unterscheidet man körperliche, psychische, geistige und Verhaltensprobleme“, so Professor Joraschky. Die Betroffenen „fühlen sich kaputt, leer und/oder minderwertig“. Sie klagen Energiemangel und Schwäche, „wollen nur noch schlafen“ und haben gleichzeitig Schlafstörungen. Sie berichten Verspannungen, Kopf- und Rückenschmerzen, sind anfällig

für Infekte, haben Magen-Darm- oder Herz-Kreislauf-Beschwerden. Oft geht ein gesteigerter Alkohol- oder Zigarettenkonsum einher und die Essgewohnheiten und das Körpergewicht verändern sich.

Die emotionale Erschöpfung äußert sich in einem Gefühl von Überdruß („alles ist zu viel“) oder Ausweglosigkeit und innerer Leere, gesteigerter Reizbarkeit und Nervosität, Niedergeschlagenheit, depressiver Stimmung, keine Gefühle mehr zeigen zu können. Die Familie und der Freundeskreis werden nicht mehr als Kraftquelle, sondern als weitere Anforderung und Belastung empfunden.

Die verhaltensbezogene Erschöpfung kann man unter anderem daran erkennen, dass sich eine negative Einstellung zu sich selbst, zur Arbeit und Bezugspersonen entwickelt. Kontakte werden vermieden. Man fühlt sich den Aufgaben nicht mehr gewachsen, ist desorganisiert oder legt eine „alles-egal-Haltung“ an den Tag.

„Entscheidend ist nicht, wie viele der 120 bis 130 beschriebenen Symptome jemand aufweist, sondern wie es dazu kam“, sagt der Chefarzt der Medizinisch-Psychosomatischen Schön Klinik

Roseneck in Prien am Chiemsee, Professor Andreas Hillert. Er hält Burnout weder für eine Neurose noch für eine seelische Erkrankung, sondern für eine ganz eigene Kategorie, die ausschließlich durch Überlastung in einer (sozialen) Tätigkeit resultiert. Warum Menschen bei ähnlichen Belastungen erkranken und andere nicht, liegt an der Art, wie sie damit umgehen.

Burnout = Depression?

Freudenberger und North beschreiben ein Prozesskontinuum von ersten Warnsignalen bis hin zur Depression. Sie unterteilen den Prozess in zwölf Phasen.

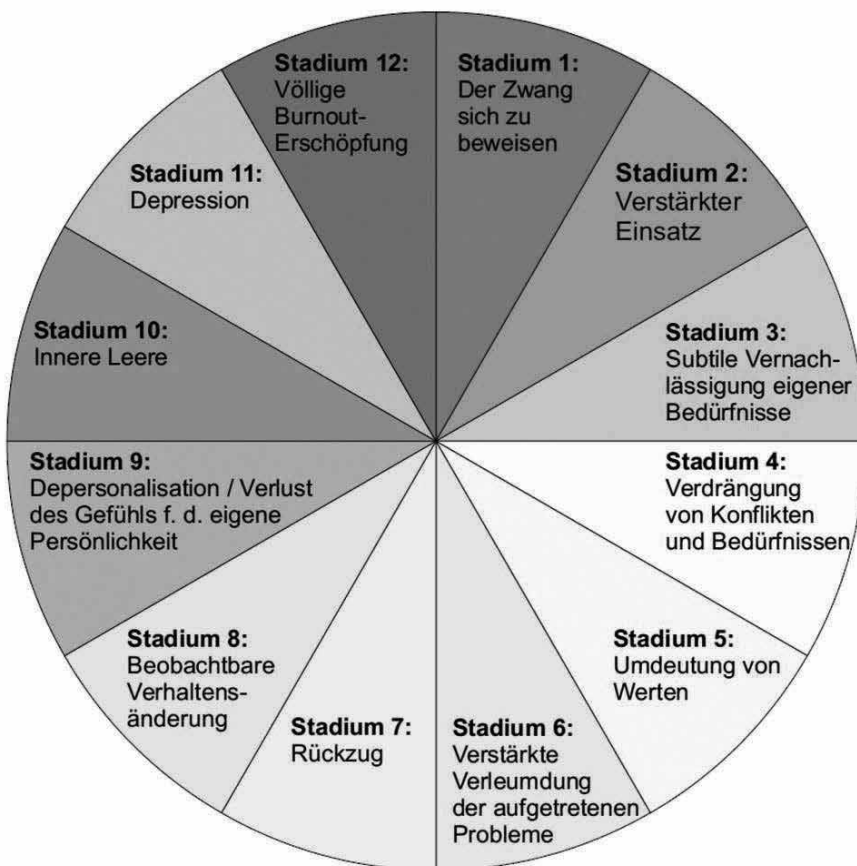
Für den Münchner Neurostress-Experten Dr. med. Wilfried Bieger ist Burnout heute eine messbare medizinische Diagnose geworden. „Die neuroendokrine Funktionsachse, bestehend aus den Stresshormonen CRH sowie

Hält Stress länger an, ist das Aktivitätsniveau der endokrinen Stressachse erhöht. Aber: nicht jeder Mensch mit andauerndem Stress wird krank. Ist Cortisol bei chronischem Stress dauerhaft erhöht, wird die Neurotransmitter-Regeneration gehemmt. Auch der Verlust von Gehirnzellen wird beschleunigt. Zugleich bilden sich in verschiedenen Hirnregionen keine neuen Nervenzellen. „Die klinischen Auswirkungen der neuroendokrinen Defizite bei chronischem Stress können äußerst vielfältig sein“, so Dr. Bieger. Sie machen

Bisher kein Standarddiagnose-Verfahren

Trotz dieser Erkenntnisse gibt es „bisher kein standardisiertes, allgemeingültiges Vorgehen, um eine Burnout-Diagnose zu stellen“. Das hält ein kürzlich von der Deutschen Agentur für Health Technology Assessment (HTA) des Deutschen Instituts für Medizinische Dokumentation und Information Köln veröffentlichter Bericht fest. Ausgewertet wurden zahlreiche Studien. Demnach werden überwiegend nur schriftliche Selbstbeurteilungsbögen eingesetzt, vor allem das Maslach Burnout-Inventar (MBI). Ob damit wirklich zuverlässig Burnout diagnostiziert werden kann, konnten die vorliegenden Studien nicht verlässlich beantworten. Die Autoren empfehlen weitere, vor allem hochwertige Studien, um das Burnout-Phänomen näher zu ergründen.

Professor Andreas Hillert sieht das ähnlich. Er appelliert, Burnout nicht als verinnerlichtes „Selbstkonzept zur Rettung des Individuums in der neohumanen Arbeitswelt“ hinzunehmen. „Als Krankheitsdiagnose vergessen Sie Burnout“, ermuntert er, „aber als wissenschaftliches Modell wird es uns die nächsten Jahre weiterbeschäftigen.“



Das Phasenmodell nach Freudenberger & North (1992)

Cortisol und Adrenalin, ist für die Stressbewältigung im Körper zuständig“, erklärt er. Cortisol als zentrales Hormon der Stressantwort steuert vorrangig die Anpassung des Stoffwechsels und die Umstellung der Immunabwehr. Die neuroendokrine Reaktionsachse ist maßgeblich für den Erfolg und die Effizienz der Anpassungsreaktionen des Stoffwechsels, des Herz-Kreislaufsystems, der Muskulatur, der Hirntätigkeit und der Immunabwehr an jede Form von Belastung verantwortlich. Die zentralen Neurotransmitter GABA und Glutamat steuern mehr als 70 Prozent aller neuralen Aktivitäten.

sich zum Beispiel als Chronisches Müdigkeitssyndrom, Fatigue, Multiple Chemische Sensitivität, Fibromyalgie, Migräne, Adipositas oder als Angstsyndrom bemerkbar.

Beim Burnout kommt es zu einer weitgehenden Blockade der Hypothalamus-Hypophyse-Nebennierenrinde-Achse mit Hypocortisolismus. Typisch ist: die neuroendokrinen Regelkreise brechen zusammen und es kommt zu überdurchschnittlich starken Entzündungsreaktionen.

Dagmar Möbius
Freie Journalistin

www.dagmar-moebius.de

Erstveröffentlichung in der Zeitschrift
praxisnah, Ausgabe 9+10/2011.

Wir danken für die freundliche Genehmigung
zum (honorarfreien) Zweitabdruck.

Zum Weiterlesen

- Matthias Burisch: „Das Burnout-Syndrom: Theorie der inneren Erschöpfung“
Springer-Verlag, 4. aktualisierte Auflage 12/2010
ISBN-10: 3642123287
- Volker Schmiedel: „Burnout - Wenn Arbeit, Alltag & Familie erschöpfen: Welche körperlichen Untersuchungen Ihnen jetzt weiterhelfen. Wie Sie aus der Stressspirale aussteigen“
Trias-Verlag, 1. Auflage, 04/2010
ISBN-10: 3830435495
- Carsten Alex: „Auszeit als Chance - Mit Sabbatical der Karriere auf die Sprünge helfen“
Signum Verlag: 1. Auflage 03/2009,
ISBN-10: 3854364075

Künstliche Fingernägel als Infektionsquelle

Schon durch den Arzt Ignatz Semmelweis (1818 - 1865) wurde die Bedeutung der Händedesinfektion bei der Prävention nosokomialer Infektionen erkannt. Die Hände gelten als das wichtigste Übertragungsvehikel von Krankheitserregern. Deshalb gehört die Händehygiene zu den wichtigsten Maßnahmen zur Verhütung von nosokomialen Infektionen. Aktuelle Hinweise ergeben sich z. B. aus der berufsgenossenschaftlichen Vorschrift TRBA 250 und der RKI-Empfehlung zum Thema Händehygiene.

Bei der Umsetzung einer effizienten Händehygiene ist es wichtig, dass die Hände sauber sind und auf das Tragen von Schmuck verzichtet wird. Saubere Hände sind die Voraussetzung für eine optimale Händedesinfektion. Das Waschen mit Seife ist dabei wegen der Hautbelastung (Säureschutzmantel etc.) auf das notwendige Ausmaß zu beschränken. Grundsätzlich gilt Händewaschen vor Beginn der Tätigkeit, nach Niesen, Toilettenbenutzung, makroskopischer Verschmutzung, nach Pausen etc.

Fingernägel sollten kurz gehalten werden, rund geschnitten sein und die Fingerkuppe nicht überragen, um Perforationen von Handschuhen zu vermeiden. Künstliche Fingernägel, welche über die Fingerkuppe hinausragen, erhöhen die Gefahr der Handschuhperforation. Diese sind schon aus diesem Grund bei zahnärztlichen Tätigkeiten, der Assistenz, aber auch bei der Aufbereitung von Medizinprodukten abzulehnen.

In der „Hospital Epidemiology“ wurde schon 2002 darüber hinaus eine Studie veröffentlicht, in der die mikrobielle Kontamination von künstlichen Fingernägeln untersucht wurde. Sowohl künstliche Nägel, als auch lange natürliche Nägel konnten in der Studie als Risikofaktoren für die Kolonisierung und die Übertragung von Erregern nachgewiesen werden.

In der Konsequenz bedarf es sicher weiterer Untersuchungen, um zu klären, ob die beschriebenen Effekte eindeutig auf das Tragen künstlicher Fingernägel zurückzuführen sind.

Es empfiehlt sich aber aus Gründen der hygienischen Sicherheit bereits jetzt, über das Tragen künstlicher Fingernägel in einer Zahnarztpraxis nachzudenken. Wer auf der sicheren Seite sein möchte, sollte darauf tunlichst verzichten.

Grundsätze zur Händehygiene sind auch nachzulesen im Kapitel 6 „Hygieneleitfaden“ des BuS-Handbuchs der Zahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommern und hier speziell unter Punkt 1.2.2 „Händehygiene“.

Zu finden ist dies außerdem im Internet auf der Homepage der Zahnärztekammer M-V im internen Bereich unter www.zaekmv.de oder auf der QM-CD der zahnärztlichen Körperschaften unter Formularensammlung/BuS-Handbuch.

Referat ZAH/ZFA

Ausschuss Zahnärztliche Berufsausübung und Hygiene

Bedarfsermittlung für Fortbildungstagung

Seit sehr vielen Jahren führt die Zahnärztekammer M-V hervorragende Kurse in den Bereichen der Prophylaxe und Verwaltung durch. Hier wird durch erfahrene Referenten der aktuellste Stand der Wissenschaft vermittelt. Dabei erlangen Sie durch die Fortbildung Abschlüsse zur „Fortgebildeten ZAH/ZFA im Bereich Prophylaxe“, zur „Zahnmedizinischen Prophylaxeassis-

tentin“ und zur „Zahnmedizinischen Verwaltungsassistentin“.

Für viele liegen diese Abschlüsse bereits Jahre zurück und der Stand der Wissenschaft, gerade auf dem Gebiet der Prophylaxe, schreitet immer weiter voran. Um dieses eventuelle Wissensdefizit auszugleichen, möchte das Referat eine Fortbildungstagung ins

Leben rufen, die sich gerade mit solchen Fragen beschäftigt. Um einen entsprechenden Bedarf zu ermitteln, bitten wir Sie, uns kurz Ihre Meinung ans Referat zu senden.

Zahnarzt Mario Schreen
Referatsleiter ZAH/ZFA

Antwortformular

Würden Sie sich für eine Fortbildungstagung - insbesondere für die bereits fortgebildeten ZAH/ZFA - interessieren?

- Ja
 Nein

gewünschte Themen: _____

Wir bitten um eine baldige Zusendung Ihrer Meinung **per Fax an 0385 5910820** oder **per Mail an a.krause@zaekmv.de**

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!