

Nach vielem Wenn und Aber scheint ab 01. Januar 2004 die sogenannte Gesundheitsreform der rot-grünen Koalitionsregierung unter Duldung von CDU/CSU in Kraft zu treten.

Sicherlich hat das Hin und Her der Vergangenheit auch viele Angehörige Ihres Berufsstandes verunsichert. Fragen für die berufliche und persönliche Zukunft sind sicher sehr häufig gestellt worden und werden in der nächsten Zeit sicherlich noch häufiger auftreten. Niemand kann sagen, wohin der Zug Gesundheitswesens rollen wird, fest steht nur heute schon: in zwei, spätestens drei Jahren wird das Pokerspiel um Macht und Einflussnahme auf Patienten und medizinisches Personal erneut beginnen. Denn dann ist wieder einmal Wahlkampf.

Sicherlich wird die Ausgliederung des Zahnersatzes aus der gesetzlichen Krankenversicherung auch von einer nicht geringen Zahl

Zahnärzten begrüßt. Wer damit glaubte, nun endlich ein angemessenes Honorar für seine Arbeit zu erhalten, der irrt. Denn die Leistung wird begrenzt bleiben und die Zusatzversicherung für Zahnersatz wird wieder mittels staatlicher Kontrollinstrumente die Leistung eingrenzen. Selbst wenn die Politik die Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde ganz aus der GKV ausgliedert, die Kontrolle wird sie behalten und verschärfen.

Die nächsten Fragen werden gestellt: Wie werden sich die Patienten verhalten? Sind erst einmal Einbrüche zu verzeichnen wie wir das schon einmal Ende der 90er Jahre oder jetzt in den kieferorthopädischen Praxen erlebt haben? Dabei ist die Patientenfluktuation durch die massiven Abwanderungen aus den neuen Bundesländern eigentlich schon Problem genug. Mit dieser ganzen Problematik wird auch Ihre Arbeit in der Praxis und am Patienten belastet.

Ein Patentrezept gibt es nicht und niemand

kann die Zukunft voraussagen. Aber die letzten Reformen wurden auch nie so heiß gegessen, wie sie gekocht wurden.

Dieses Mal haben wir Ihnen in Ihrem Journal einige Themen zusammengetragen, die Sie anregen sollen, für die Zukunft zu arbeiten. Dies betrifft die Fortbildungsangebote und auch den Beitrag über die Internetnutzung der Landeszahnärztekammer Thüringen. Übrigens verstehen sich Vorstand und Mitglieder der Zahnärztekammer nicht nur als Serviceteam für die Zahnärztinnen und Zahnärzte Thüringens, sondern auch für Sie als deren Mitarbeiterinnen.

In diesem Sinne verbleibe ich

*Ihr Dr. G. Wolf, Vizepräsident*

## Spezielle Themen für das Praxispersonal im Internet

Neben den inhaltsreichen Seiten für die Thüringer Zahnärzte, Informationen für Patienten, aktuellen Meldungen und Wissenswertem über die Landeszahnärztekammer Thüringen gibt es auch eine umfassende Seite speziell für das Praxispersonal.

Zu Themen der Fortbildung, Ausbildung, Berufsbilder, dem Downloadcenter und Fragen + Antworten hat die interessierte Zahnarzt-helferin, Zahnmedizinische Fachangestellte, Zahnmedizinische Fachassistentin und auch Zahnmedizinische Verwaltungsassistentin die Möglichkeit sich zu informieren.

Wenn man sich langsam mit der Maus über die Thüringenkarte bewegt werden die Kreisstellenvorsitzenden mit der Praxistelefonnummer angezeigt. Auf der rechten Seite des Monitors werden News der zahnärztlichen Landesvertretungen veröffentlicht. Klickt man auf den farbig hervorgehobenen Text, dann



Die Startseite der Landes Zahnärztekammer Thüringen: [www.lzkth.de](http://www.lzkth.de)

öffnet sich ein Fenster mit weiteren Informationen zu diesem Thema.

Unter der Kategorie **Fortbildung** werden alle aktuellen Kurse der Fortbildungsakademie

„Adolph Witzel“ für das Praxispersonal und Teamkurse angezeigt. Nach einem Klick auf „Fortbildung“ wird die aktuelle Kursübersicht mit den Kursterminen, dem Veranstaltungsort, dem Thema, dem Fachgebiet und der Kursnummer aufgerufen. Diese Darstellung entspricht der Themenübersicht des Fortbildungsheftes. Durch einen weiteren Klick auf einen ausgewählten Termin erhält man weitergehende wichtige Informationen zum ausgewählten Kurs. Die Kursnummer, Kursdauer, genaue Bezeichnung, Kursinhalt, Gebühren und mehr werden angezeigt. Wie zu sehen, entspricht auch diese Darstellung dem bekannten Aufbau des Fortbildungsheftes.

Auf dieser Seite haben Sie nicht nur die komplette Informationsmöglichkeit zum ausgewählten Fortbildungskurs – Sie bzw. Ihre Praxis können sich auch sofort online anmelden. Dazu haben Sie auf dieser Seite gleich 2 Möglichkeiten – einmal oben rechts über den Anmelde-Button und auch am unteren Ende der Seite ebenfalls über den Anmelde-Button. Nach einem Klick auf „Anmeldung“ erscheint ein Anmeldeformular, welches man ausfüllt und anschließend abschickt, in dem man auf „senden“ klickt. Umgehend erhält man eine positive Information über den Erfolg der Online Anmeldung. Wie bekannt, erhalten Sie 4 Wochen vor Kursbeginn schriftlich eine Zu- oder Absage zum Kurs. Natürlich können Sie sich auch weiterhin schriftlich oder per Fax zu einem Fortbildungskurs anmelden. Durch einen Klick auf den Button „Drucken“

am Seitenende kann eine Kursübersicht mit allen wichtigen Daten ausgedruckt werden. Sollte ein Kurs ausgebucht sein, so wird auch dies deutlich veröffentlicht. Die Aktualisierung der Fortbildungsdaten im Internet erfolgt täglich.

Unter der Kategorie **Ausbildung** wird zur Zeit eine Liste der Thüringer Schulämter mit den wichtigsten Kommunikationsdaten angezeigt – weitere Inhalte werden folgen. Die **Berufsbilder** des Praxispersonals werden in der nächsten Kategorie mit Schwerpunkten und Aufgabenbereich vorgestellt. Im **Downloadcenter** werden einige wichtige Formulare und Informationsblätter – wie die Schulanmeldung oder der Übernahmevertrag zum Download zur Verfügung gestellt. Unter der Kategorie **Fragen + Antworten** wird eine Vielzahl häufig gestellter Fragen beantwortet. Von den Ausbildungsunterlagen über die Berufsschulen, Urlaub, Prüfungen bis zur Begabtenförderung wird alles erklärt. Diese Kategorie ist auf jeden Fall lesenswert und sehr informativ.

Natürlich sind auch die anderen Inhalte unter den Kategorien Zahnärzte, Patienten, Aktuelles und LZKTh auf unseren Seiten für eine Zahnarzhelferin interessant. Kritik und Anregungen können sofort an [edv@lzkth.de](mailto:edv@lzkth.de) gesendet werden.

Auf unseren Internetseiten gibt es ein weiteres wichtiges und interessantes Eingabefeld – den „Suchbegriff“. Über den gesamten Inhalt un-



**Eingabefeld Suchbegriff mit Schaltfläche zum Senden der Suchanfrage**

serer Internetseiten kann eine Volltextsuche durchgeführt werden. Das heißt, man kann nach jedem Wort oder Fachbegriff suchen. Auf die Suchanfrage „Prophylaxe“ z. B. erhält man 10 Suchergebnisse aus den verschiedensten Bereichen unserer Internetseiten. Auf diese Suchergebnisse kann man klicken und kommt so auf die Seite mit dem gesuchten Inhalt.

*Sibylle Büttner, Landes-  
zahnärztekammer Thüringen*

Landeszahnärztekammer Thüringen

Fortbildung: Online Anmeldung

Kurs-Nr.: 090065    akt. Termin: 08.11.2003    Anmeldung: 01.09.2003

Zahnarztpraxis/ Name\*: \_\_\_\_\_  
 Straße, Nr\*.: \_\_\_\_\_  
 PLZ, Ort\*: \_\_\_\_\_  
 Telefon: \_\_\_\_\_  
 E-Mail-Adresse\*: \_\_\_\_\_  
 Betreff: \_\_\_\_\_  
 \* - unbedingt angeben

Teilnehmer: 1\* \_\_\_\_\_  
 2\* \_\_\_\_\_  
 3\* \_\_\_\_\_  
 4\* \_\_\_\_\_  
 5\* \_\_\_\_\_

Drucken    Zurück    Abbrechen

**Anmeldeformular für die Online-Kursanmeldung**

## Impressum

die **Zahnarzt-HELFERIN** aktuell

Mitteilungsblatt für Zahnarzhelferinnen  
als Beilage im Thüringer Zahnärzteblatt

### Herausgeber:

Landeszahnärztekammer Thüringen

### Redaktion:

Dr. Gottfried Wolf (v.i.S.d.P.)  
Juliane Burkantat

### Anschrift der Redaktion:

Landeszahnärztekammer Thüringen  
Barbarossaahof 16, 99092 Erfurt  
Telefon: 03 61/74 32 -136  
Fax: 03 61/74 32 -150  
E-Mail: [ptz@lzkth.de](mailto:ptz@lzkth.de)  
Internet: [www.lzkth.de](http://www.lzkth.de)

### Gesamtherstellung/Satz/Layout:

Werbeagentur und Verlag Kleine Arche

### Druck:

Druckhaus Gera GmbH

## Mittagspause zur Erholung nutzen

### *Unfallrisiko durch Entspannung am Mittag eindämmen*

Am frühen Nachmittag steigt nach den Erfahrungen der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW) die Zahl von Arbeitsunfällen. Das wird darauf zurückgeführt, dass viele Beschäftigte die Mittagspause nicht zur Erholung nutzen. Und wer kennt das nicht: Die Praxistür ist kaum verschlossen bis zur Sprechstunde am Nachmittag, da wird rasch zum Supermarkt gehastet, auf dem Weg dorthin etwas bei der Reinigung erledigt und auch beim Fleischer vorbeigeschaut. Für das Mittagessen bleibt nicht viel Zeit, es wird manches Mal regelrecht heruntergeschlungen.

### *Mittags gesund essen und entspannen*

Wer so seine Mittagspause verbringt, lebt ungesund und riskiert Arbeitsunfälle. Eine gesunde Mittagspause sollte dagegen zwei Komponenten dienen: der Nahrungsaufnahme und der Entspannung. Wie die BGW ermittelt hat, bringen sich rund 40 Prozent der Berufstätigen für ihr Mittagessen etwas Eigenes von daheim mit, 20 Prozent gehen in eine Kantine. Häufig

aber fällt die Mahlzeit, egal woher sie stammt, zu üppig und zu fettreich aus. Damit es zur Mittagszeit erst gar nicht zu „Kohldampf“ kommen kann, sollte schon im Laufe des Vormittags mehrfach etwas Leichtes wie Obst oder Joghurt gegessen werden. Fett im Mittagessen ist die „Schlafmütze“ Nummer 1. Es benötigt von allen Nährstoffen die längste Zeit bis zur Verdauung. Um satt, aber nicht müde zu werden, eignen sich Kohlenhydrate besonders gut. Sie sind vor allem in Nudeln/Kartoffeln, Reis und Gemüse enthalten; allerdings sollte mit fettreichen Soßen als Beilage geizig werden. Salate mit fettarmem Joghurt-Dressing sind zwar Vitaminspender, sättigen aber nicht richtig. Darum ausreichend Brot, am besten aus Vollkorn, dazu verzehren – damit nicht gleich wieder der große Hunger kommt.

### *Dehnen und Strecken zur Entspannung*

Etwa eine Viertel Stunde der Mittagspause sollte der Entspannung dienen. Dazu eignen sich einfache Dehn- und Streckübungen ebenso wie autogenes Training, Yoga, ein Spaziergang an der frischen Luft oder - falls möglich - ein sogenanntes Power Nap, ein kurzes Nickerchen, auch auf der Parkbank. Dabei

aber nicht tief einschlafen, sonst kann es zu Kreislaufproblemen kommen! In der Mittagspause unbedingt vermieden werden sollten Stress und Hektik. Davon gibt es oft schon während der Arbeitszeit genug.

### *Mittags Stress-Situationen vermeiden*

Laut BGW, bei der bundesweit über fünf Millionen Arbeitnehmer gegen Arbeitsunfälle versichert sind, erkranken immer mehr Beschäftigte an den Folgen von Zeit- und Leistungsdruck. Stress kann zu Kopfschmerzen, Verspannungen, Magenbeschwerden, in schlimmen Fällen zu Hörsturz oder Herzinfarkt führen. Aber auch die Psyche von Betroffenen rebelliert: Reizbarkeit, Schlafprobleme, Denkblockaden oder Angstzustände sind typische Stress-Symptome. Stress und Hektik sind nicht nur auf äußeren Druck zurückzuführen, sondern oft hausgemacht. Darum in den Pausen auf jeden Fall hektische Situationen vermeiden und während der Arbeitszeit auf eine systematische Arbeitsorganisation achten. Voraussetzung für eine effektive Ziel- und Zeitplanung ist eine Portion Selbstdisziplin. Bei wichtigen Arbeiten zum Beispiel gut abschirmen und von niemandem stören lassen!

## Vielseitig und unterhaltsam – der 21. BdA-Bundeskongress in Bielefeld

In dem Jahr seines 40. Bestehens lädt der Berufsverband der Arzt-, Zahnarzt- und Tierärzthelferinnen e. V. (BdA) zum 21. Bundeskongress nach Bielefeld ein. Die zentrale Fortbildungsveranstaltung der Praxismitarbeiterinnen findet am 11. und 12. Oktober in der Stadthalle der ostwestfälischen Metropole statt.

Auf dem Programm stehen zahlreiche Seminare, Workshops und weitere Events für Vertreterinnen aller drei Berufe. U. a. geht es um Qualitätsmanagement in der Arzt-, Zahnarzt- und Tierarztpraxis, Mobbing und Entspannungstechniken. Interessante, praxisnahe Vorträge werden überdies zu den Themen „Helfen ohne zu verbrennen – Menschliche Kommunikation in der Arzt-, Zahnarzt- und Tierarztpraxis“ sowie „Möglichkeiten und Grenzen der

Selbsthilfe“ erwartet.

Speziell für Zahnmedizinische Fachangestellte hat das BdA-Kongressteam kompetente ReferentInnen zur Individualprophylaxe, zum Bleaching als Chance für jede Zahnarztpraxis, zum Oral Health Management, zur Abrechnung in der zahnärztlichen Praxis, zum neuen BEMA sowie zur Alters- und Behindertenzahnheilkunde gewinnen können. Ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm rundet das kurzweilige Wochenende ab.

**Programm u. Infos:** ☎ 02 31/55 69 59 -0  
**Anmeldung:** Luisa Drehsen  
 Stephanstr. 16, 47137 Duisburg  
 ☎ 02 03/42 66 54, Fax: 02 03/410 32 10  
 E-Mail: ldrehsen@bda-online.com

## Kurs für ZMF

### *Teilnahme noch möglich*

Für den am 22. 10. 2003 geplanten Kurs „Risikopatienten in der Parodontologie: Abschätzung – Kommunikation – Management“ für ZMF sind noch Anmeldungen möglich.

Referent Dr. Ralf Rößler aus Wetzlar erläutert die folgenden Inhalte: Woran misst sich der langfristige Erfolg jeder Therapie? Heute wissen wir: Nicht die im Einzelfall angewandten Maßnahmen, sondern die QUALITÄT der unterstützenden Nachsorgetherapie und deren individuellen INTERVALLE sichern den Erfolg. Etwa 10–15% der behandelten Patienten gehören zu den Risikopatienten. Die bedarfsgerechte Prävention schafft für alle Beteiligten Sicherheit und Motivation.

**Infos:** LZKTh ☎ 03 61/74 32 -107

**Anmeldung:** schriftlich oder im Internet

# Prüfungen für Zahnarzhelferinnen abgeschlossen

Die Prüfungen zur Zahnarzhelferin in Thüringen sind abgeschlossen. An den berufsbil-

denden Schulen in Erfurt, Weimar, Jena, Gera, Meiningen und Nordhausen erhielten 178 Aus-

zubildende aus Thüringer Zahnarztpraxen ihre Helferinnenbriefe und Zeugnisse.

*Hier die Ergebnisse der einzelnen Schulen:*

Schule	Prüflinge	Note Sehr gut	Note Gut	Note Befriedigend	Note Ausreichend	Nicht bestanden	Noten-durchschnitt
Erfurt	61	2	24	30	5	0	2,6
Gera	38	2	28	8	0	0	2,1
Jena	28	2	12	12	2	0	2,5
Meiningen	24	1	12	8	3	0	2,5
Nordhausen	25	2	15	7	0	1	2,4
Weimar	11	0	5	5	1	0	2,7

*Insgesamt sehen die Ergebnisse damit so aus:*

Gesamt	Prüflinge	Note Sehr gut	Note Gut	Note Befriedigend	Note Ausreichend	Nicht bestanden	Noten-durchschnitt
Azubi	187	9	96	70	11	1	2,5
Umschüler	4	0	4	0	0	0	2,0
Externe	4	1	3	0	0	0	1,8

*Besondere Glückwünsche gelten den Helferinnen, die ihre Ausbildung mit der Note „sehr gut“ beenden konnten:*

Prüfungsteilnehmer	Ausbildende Praxis	Schule
Butz, Franziska	Dipl.-Stomat. A. Range	BBiS Nordhausen
Mai, Stefanie	Dr. K.-H. Lorenz, Leinefelde	BBiS Nordhausen
Peterek, Petra	Externer Prüfling	
Retschke, Cordula	Dipl.-Stomat. R. Retschke	BBiS Jena
Rose, Doreen	Zahnärztin G. Leipert, Greiz	BBiS Gera
Schelhorn, Carolin	Dr. H. Danielczok, Sonneberg	BBiS Meiningen
Spengler, Sandy	Dr. H. Linß, Wutha-Farnroda	BBiS Gera
Wagner, Constanze	Dr. S. Wagner, Jena	BBiS Jena
Wende, Andrea	Dr. W. Baldofski, Gerstungen	BBiS Erfurt

*Wir gratulieren allen erfolgreichen Absolventinnen und haben drei von Ihnen stellvertretend hier abgebildet:*



*Franziska Butz*



*Stefanie Mai*

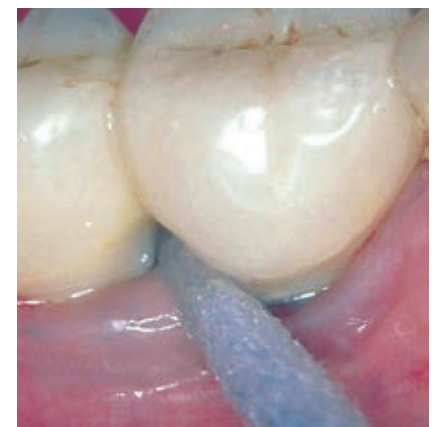


*Petra Peterek*

## Fehlerteufel

Wie Ihnen sicherlich aufgefallen ist, hat sich in der vergangenen Ausgabe von „die Zahnarzt-HELFERIN aktuell“ der Fehlerteufel eingeschlichen und so war statt der unten stehenden Abbildung ein anderes Motiv ein zweites Mal eingefügt.

Wir möchten hiermit die richtige Abbildung mit Bildunterschrift nachreichen und bitten um Entschuldigung.



*Der Einsatz eines Flossers*