



## Nach der Fortbildung ist vor der Fortbildung - Es kehrt keine Ruhe ein

Die ersten Wochen des Jahres 2006 sind durch Sie, meine sehr verehrten Damen, als ein Mitglied eines zahnärztlichen Praxisteams absolviert. Als Zahnarzt, der vor kurzem seine Praxis aus Altersgründen in jüngere Hände gegeben hat, weiß ich natürlich nicht mehr so ganz genau, wie es Ihnen geht, aber durch den Kontakt mit Ihnen in zahlreichen Aus- und vor allem Fortbildungsveranstaltungen weiß ich, dass Sie hochmotiviert sind und durch entsprechende Qualifizierungen alles tun, um den Herausforderungen des Alltags gerecht zu werden.

Es fällt schon schwer, in der Vergangenheit positive Ereignisse zu sehen! Es sind nicht nur die vielen Patienten, die der Praxis einfach fern bleiben, es ist nicht nur die Tatsache, dass Sie mit der Zahnärzteschaft für den Zahnarzt- und Praxisbesuch werben müssen, es sind nicht nur die befundorientierten Festzuschüsse, die beim Erstellen der Heil- und Kostenpläne und beim Ausrechnen der Eigenanteile für die Patienten große Sorgen bereiten - bedauerlicherweise sind Sie nun auch noch mit Ihren Zahnärztinnen und Zahnärzten ins Visier der Ordnungsgeber geraten, die Sie mit Verordnungen, bei denen man in der Praxis nur schwer den Überblick behalten kann, überhäufen.

Die neuen Hygienevorschriften und -richtlinien möchte ich gar nicht weiter beleuchten. Wir alle wissen, wie wichtig es ist, Hygiene nach einem entsprechenden Plan zu praktizieren und abzusichern, dass hygienische Prozesse vorschriftsmäßig ablaufen. Eventuelle Defizite sollten Sie in Teambesprechungen selbst erkennen und beseitigen, bevor Sie fremdbestimmt mit negativen Konsequenzen zu kämpfen haben.

Auch beim Thema „Schutzimpfungen in der Infektionsprophylaxe“ sollte man aufpassen, dass die Praxis von Kritik verschont bleibt, Fristen eingehalten werden und unsere Pati-

enten nicht gefährdet sind. Wichtig und unbedingt zu beachten ist die Tatsache, dass auch Sie einen Aktualisierungskurs mit abschließendem Abschlusstest absolvieren müssen, um die Kenntnisse im Strahlenschutz aufzufrischen und um die Patienten weiter röntgen zu dürfen. In der neuen Röntgenverordnung vom 01.07.2002 steht, dass die „Verfallbarkeit“ des Wissens auch für Sie gilt und dass Sie alle fünf Jahre Ihre Kenntnisse im Strahlenschutz auffrischen müssen. Die Frist für die Aktualisierung und Abprüfung Ihrer Kenntnisse läuft im Jahr 2007 aus.

Bei der Anzahl der zahnärztlichen Teams in unserem Bundesland stellen die Aktualisierungskurse, die zu organisieren und durchzuführen sind, für die Zahnärztekammer eine große Aufgabe dar, die es zu bewerkstelligen gilt. Ich verweise Sie hier auf einen Beitrag in der Ausgabe 11, der Ihnen alles Notwendige dazu vermittelt. Die Kurse des 1. Halbjahres 2006 sind ausgebucht! Wenn das Fortbildungsheft des 2. Halbjahres 2006 erscheint, verlieren Sie bitte keine Zeit, um sich mit den Anmeldeformularen für die neuen Kurse registrieren zu lassen.

Meine große Sorge ist nach wie vor, dass die für Sie gedachten Informationen Sie nicht erreichen! Bei Fortbildungsveranstaltungen spreche ich immer wieder die Informationsblätter „dens“, „assisdens“ und auch die Informationsschreiben der KZV für Zahnärzthelferinnen/Zahnmedizinische Fachangestellte an. Das Ergebnis der Diskussionen dazu ist erschreckend! Ein Viertel der teilnehmenden Praxismitarbeiterinnen kennt diese Informationsmöglichkeiten überhaupt nicht und nur ein Viertel der befragten Damen bestätigt ein regelmäßiges Lesen dieser Informationen, obwohl gerade „assisdens“, die Rundbriefe der KZV für ZAH/ZFA und auch das halbjährliche Fortbildungsheft nur dafür verfasst werden.



Natürlich kann es in der Hektik des Praxisalltags passieren, dass solche in den Praxen ankommenden Informationen zunächst abgelegt werden und dann in Vergessenheit geraten. Aber wenn Sie wissen, dass es diese Informationen gibt, dann fordern Sie bitte diese Informationen auch ab. Der Praxisinhaber ist zwar der „Chef“ und hat letztendlich alles zu verantworten, aber mitdenkende und um das Wohl der Praxis besorgte und bemühte Mitarbeiterinnen, die zudem noch gut informiert sind, sollten überall willkommen und unverzichtbar sein.

Dass Ihre Fortbildungsveranstaltung am 2. September 2006 in Warnemünde wieder zu einem Höhepunkt wird, hoffe ich natürlich sehr. Das abgedruckte vorläufige Programm dieser Tagung soll Appetit auf einen Warnemünde-Besuch machen. Neben den obligatorischen vier Vorträgen mit namhaften Referenten und guten Themen sind dieses Mal sogar drei Seminare am Nachmittag geplant. Sicherlich im Mai kommen die Flyer mit den Anmeldeöglichkeiten zu Ihnen in die Praxen, damit Sie sich rechtzeitig für die Tagung im Kurhaus Warnemünde anmelden können. In dieser Ausgabe finden Sie außerdem die 2. Fortset-

zung des Artikels aus Ausgabe 10 zum Thema „Die Rolle der Ernährung ...“ von Dr. Winfried Wojak. Da sich der Berufsbildungsausschuss ZAH/ZFA der Zahnärztekammer M-V 2005 nach Berufung neu konstituiert hat, werden Sie über seine Zusammensetzung informiert. Der Ausschuss ist für alle Sie betreffenden Aus- und Fortbildungsfragen zuständig.

Viel Spaß beim Lesen wünscht

**Ihr Dr. Klaus-Dieter Knüppel**  
Referent für ZAH/ZFA  
im Kammervorstand

## Kurse zum Thema Strahlenschutz“

Die im Fortbildungsprogramm für Zahnärzthelferinnen und Zahnmedizinische Fachangestellte, 1. Halbjahr 2006 angebotenen Aktualisierungskurse „Kenntnisse im Strahlenschutz“ (Seminar 57 – 61) sind alle ausgebucht. Alle Anmeldebestätigungen und alle Absagen sind verschickt worden. Im 2. Halbjahr 2006 und im 1. Halbjahr 2007 werden weitere Kurse in den Regionen Schwerin, Rostock, Greifswald und Neubrandenburg stattfinden. Die Termine entnehmen Sie bitte den Fortbildungsprogrammen für ZAH und ZFA für das 2. Halbjahr 2006 und für das 1. Halbjahr 2007.

Bitte verwenden Sie nur das dafür veröffentlichte Anmeldeformular, das in jedem Fortbildungsprogramm gleich nach den Seminarangeboten eingebunden ist. Andere Formulare können nicht bearbeitet werden, da die Angaben zu den persönlichen Daten hierfür nicht ausreichen. Achten Sie bitte darauf, dass Sie alle geforderten Angaben ausfüllen und dass Sie durch Ankreuzen bestätigen, dass Sie den Nachweis „Kenntnisse im Strahlenschutz“ besitzen.

Dieser Nachweis kann jederzeit zur Vorlage von Ihnen abgefordert werden. Zeitnah zu den Kursen werden alle notwendigen Unterlagen (vorbereitete Zahlscheine und Skripte) an die Praxen versandt. Da der Gesetzgeber ein Abschlusstest vorschreibt, nutzen Sie die Skripte bitte zur Vorbereitung. Für Fragen zur Anmeldung rufen Sie bitte die 0385/59 108 12 (Frau Bolsmann) an.

**Dr. Klaus-Dieter Knüppel**  
Referat ZAH/ZFA

## 14. Fortbildungstagung

für Zahnärzthelferinnen und  
Zahnmedizinische Fachangestellte

am 2. September 2006 im Kurhaus Warnemünde



### Vorläufiges Programm: Änderungen vorbehalten!

- |           |   |
|-----------|---|
| 9.00 Uhr  | Begrüßung, Einführungsvortrag<br>Dr. Dietmar Oesterreich, Präsident der ZÄK M-V,<br>Stavenhagen   |
| 9.20 Uhr  | Zahnfarbene plastische Füllungsmaterialien<br>und ihre Adhäsivsysteme<br>OA Dr. Uwe Blunck, Berlin  |
| 10.00 Uhr | Die Rekonstruktion des endodontisch behandelten Zahnes<br>PD Dr. Dieter Pahncke, Rostock  |
| 10.30 Uhr | Diskussion/Pause  |
| 11.15 Uhr | Was sollte die Zahnärzthelferin/Zahnmedizinische<br>Fachangestellte über Suprakonstruktionen wissen?<br>Prof. Dr. Reiner Biffar, Greifswald             |
| 11.45 Uhr | Mundhygieneinstruktionen für Implantatpatienten –<br>Mitarbeit der Zahnärzthelferin/Zahnmedizinischen<br>Fachangestellten<br>DH Jutta Plötz, Greifswald |
| 12.15 Uhr | Diskussion/Schlusswort  |

### Seminare in Hotel Neptun Warnemünde:

- |           |   |
|-----------|---|
| 14.30 Uhr | Infektionsrisiken in der Zahnarztpraxis: kennen, erkennen<br>und verhindern – Hygiene für die Zahnarztpraxis<br>Prof. Dr. Dr. Andreas Podbielski, Rostock |
| 14.30 Uhr | Wie können Fehler bei der Anwendung der Adhäsivsysteme<br>vermieden werden?<br>OA Dr. Uwe Blunck, Berlin  |
| 14.30 Uhr | Außergerichtliches und Gerichtliches Mahnverfahren in<br>der Zahnarztpraxis<br>RA Peter Ihle, Schwerin  |

## Berufsbildungsausschuss neu konstituiert

Auf seiner Sitzung am 19. Oktober 2005 in Güstrow hat sich der neuberufene Berufsbildungsausschuss Zahnarzthelferin/Zahnmedizinische Fachangestellte der Zahnärztekammer Mecklenburg-Vorpommern neu konstituiert!

Die Beauftragten der Arbeitgeber (AG) werden auf Vorschlag der zuständigen Stelle (ZÄK M-V/Kammerversammlung), die Beauftragten der Arbeitnehmer (AN) ggf. auf Vorschlag von Gewerkschaften und Arbeitnehmervereinigungen und die Vertreter der Lehrer an berufsbildenden Schulen auf Vorschlag der für sie zuständigen Landesbehörde für vier Jahre als Mitglieder berufen.

Der Berufsbildungsausschuss entscheidet über alle Fragen der Aus- und Fortbildung der zahnärztlichen Mitarbeiterinnen. Er ist in allen wichtigen Angelegenheiten der beruflichen Bildung zu unterrichten und zu hören.

Erneut wurde Dr. Klaus-Dieter

Knüppel zum Vorsitzenden und Frau Ingelore Sievert zur stellvertretenden Vorsitzenden einstimmig durch den Ausschuss gewählt.  
Herzlichen Glückwunsch!

Der Berufsbildungsausschuss arbeitet in folgender Zusammensetzung:

### Arbeitgebervertreter:

*ordentliches Mitglied*

1. Dr. Klaus-Dieter Knüppel
2. Dr. Wolfgang Fitzkow
3. Dr. Gabriele Kujumdshiev
4. ZA Mario Schreen
5. Dr. Goetz Ritter
6. Dr. Jürgen Homuth

*stellvertretendes Mitglied*

1. Dr. Bernd Gehrman
2. Dr. Regina Noster
3. Dr. Rainer Worm
4. Dr. Michael Penne

### Arbeitnehmervertreter

*ordentliches Mitglied*

1. Ingelore Sievert

2. Annett Herrmann
3. Margrit Bolsmann
4. Silvia Steinberg
5. Regina Kühle
6. Kerstin Rabold

*stellvertretendes Mitglied*

1. Ingo Schlüter

### Lehrervertreter:

*ordentliches Mitglied*

1. Horst Tolsdorf
2. Christel Nesselmann
3. Roswitha Kaschitzki
4. Andreas Holzmüller
5. Sybille Heinrich
6. Dipl.-Stom. Paul Pawelsky

*stellvertretendes Mitglied*

1. Reingard Höntzsch
2. Heide Lorenz
3. Manuela Petrick
4. Sabine Berger
5. Volker Lang
6. Christina Hacker

Vorstand der ZÄK M-V

## Die Rolle der Ernährung als begleitender Cofaktor in der parodontologische Therapie

Dr. Winfried Wojak, Horn-Bad-Meinberg - Fortsetzung zu „assis dens“ 10/2005

### Wie sieht aber eine gesunde Ernährung aus ?

Dazu einige Grundlagen: Unsere Ernährung besteht aus Kohlenhydraten, Proteinen (Eiweiße) und Fetten sowie Nahrungsergänzungstoffen.

**Die Kohlenhydrate** (chemisch „Saccharide“) stellen mengenmäßig den größten Anteil an der Nahrung dar und sind mit den Fetten zusammen für das Sättigungsgefühl verantwortlich. (Je höher der Gehalt an C-Atomen und je länger die Ketten, desto schneller wird die Sättigung erreicht.)

Man unterscheidet **Monosaccharide**, wie Glucose oder Fructose, die süß schmecken, löslich sind und schnell in das Blut aufgenommen werden, **Disaccharide**, wie Saccharose, Maltose oder Lactose, die ebenfalls löslich sind, schwach süß schmecken und auch schnell in das Blut aufgenommen werden und **Polysaccharide**, wie Stärke oder Glykogen. Diese müssen gespalten werden, gehen langsam in das Blut und schmecken nicht

süß. Weitere **Polysaccharide** (noch länger-kettige), wie Cellulose und Pektin sind unverdaulich, erhöhen das Stuhlvolumen und binden Giftstoffe.

Zu viele einfache Zucker (Mono- und Disaccharide) in der Nahrung führen zu einer vermehrten Produktion von Insulin im Körper, das freigesetzt wird, um den Anstieg des Blutzuckerspiegels abzubauen.

Durch zu viel einfach Zucker erfolgt ein zu schneller Abbau (1-1,5 Stunden), weshalb das einsetzende Hungergefühl eine erneute Zufuhr von Nahrung (Glucose) notwendig macht.

Dies führt zu einer ständig steigenden Produktion von Insulin und im schlimmsten Fall zum Hyperinsulinismus, wobei der Körper nur noch Mono- und Disaccharide verstoffwechselt, langkettige Zucker aber in Fette umwandelt und Fette direkt in Fettzellen einlagert.

Ein Teufelskreis, der nur durch langsam zu verstoffwechselnde Koh-



Dr. Winfried Wojak

lenhydrate, bzw. die Kombination mit Eiweißen unterbrochen werden kann.

Beim Vorliegen von Hyperinsulinismus muss eine vollständige Ernährungsumstellung über mindestens 6 Monate bis zu 1 Jahr erfolgen, bei der

der Patient auf keinen Fall Monosaccharide („alles, was süß schmeckt“) mit Fetten in einer Mahlzeit mischen darf. Genau diese Mischung ist es aber, die die Fastfoodketten anbieten und wodurch die Zahl der „Übergewichtigen“ ständig zunimmt: Cola oder Limo mit Weißmehlbrötchen und fettem Fleisch sind ideal, um dicke, ständig hungrige Menschen zu erzeugen, die die aufgenommenen Fette direkt einlagern und nur die Mono- und Disaccharide verstoffwechseln. Oder wie es in Amerika heisst: „through the lip, on the hip!“ Aus diesem Grund hat man den sogenannten Glykämischen Index von Lebensmitteln entwickelt.

Der **glykämische Index** beschreibt, wie schnell die in einem Lebensmittel enthaltenen Kohlenhydrate vom Körper ins Blut aufgenommen werden. Je größer der Index - desto schneller (Tab.1)! Dies führt zu einer Einteilung in gute und schlechte Kohlenhydrate. Bei der sogenannten Glyx-diät wird diese Einteilung benutzt, „zählt“ man statt Kalorien die Kohlenhydrate. Allerdings darf man nicht vergessen, das der Index sich bei kombinierter Aufnahme von Eiweißen oder Fetten verändert!

**Tab. 1**  
**Einige Glukoseindices von Kohlenhydraten:**

Malzzucker	110
Glukose	100
Cola	95
Kartoffelchips	95
Weißbrot	95
Honig	90
Karotten gek.	85
Schnellkochreis	85
Cornflakes	85
Zucker	75
Halbweissbrot	70
Schokoriegel	70
Sorbet	70
Kartoffel gek.	70
Biskuit	70

**Proteine/Eiweiß:**

Sie sind aus Aminosäuren aufgebaut, von denen acht essentiell sind, das heißt durch die Nahrung aufge-

nommen werden müssen. Wir finden Proteine in Fleisch, Fisch und Eiern. Durch unsere heutige Ernährung nehmen wir wesentlich mehr pro Tag auf, als notwendig ist.

**Fette:**

Chemisch bestehen sie aus Glycerin und Fettsäuren, sowie Cholesterin. Man unterscheidet gesättigte Fettsäuren (vor allem in Wurst und Fleisch), einfach ungesättigte Fettsäuren (z. B. in Olivenöl) und mehrfach ungesättigte Fettsäuren (in Sonnenblumenöl, aber auch Fisch). Vereinfachter Merksatz für die Ernährung: je gesättigter die Fettsäuren, desto schlechter sind sie für die gesunde Ernährung.

**Nahrungsergänzungstoffe:**

Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Die Nahrung wird im Körper abgebaut und verstoffwechselt. Dabei entstehen Säuren, die neutralisiert werden müssen. Daraus entsteht der Ansatz der Säure/Basen- Theorie.

**Gesunde Ernährung sollte unter dem Gesichtspunkt des Säure-Basen-Ausgleichs erfolgen; unter Berücksichtigung von abwechslungsreicher, Eiweiß- und Fett reduzierter, natürlicher Kost aus naturbelassenen Lebensmitteln, die frisch zubereitet werden.**

Die typischen Folgen der heute üblichen Ernährung, insbesondere Fastfood, resultieren in einer Übersäuerung des Körpers. Dies führt zu verschiedenen Veränderungen von Körperfunktionen:

**Tab. 2**

<b>Körperfunktion</b>	<b>bei Übersäuerung</b>
Bindegewebe	erschläfft (Cellulite)
Blutdruck	steigt
Immunsystem	wird geschwächt
Muskulatur	verkrampft
Stimmung	depressiv
Verdauung	Verstopfung

**Was macht uns sauer?**

Wir nehmen durch die Nahrung zuviel Säuren und Lebensmittel, die im Körper sauer verstoffwechselt werden auf. Zusätzlich verstärken Bewegungsmangel und psychische Einflüsse (Stress) die Säurebelastung. Gleichzeitig fehlt dem Körper der benötigte

Nachschub an Basen in der Nahrung (z.B. in Gemüsen, Salaten, etc.), um das Zuviel an Säure zu neutralisieren. Der Körper neutralisiert Säuren über die Ausatemluft, den (angeregten) Blutkreislauf, durch viel trinken (2-3 Liter pro Tag) und über die Haut.

Daraus folgt, dass sportliche Bewegung ohne Leistungsansatz, mit ruhigen Pulsen, bei dem Spaß und Körperempfinden im Vordergrund stehen, für einen gesunden Säure/Basen Ausgleich, bzw. für eine gesunde Ernährung, unbedingt notwendig ist. Ernährungsphysiologisch produziert der Magen aus Kochsalz (NaCl), Kohlendioxid (CO2) und Wasser (H2O) ,- Natriumbikarbonat (Na2CO3) und Salzsäure (HCl) im Verhältnis 2,3 zu 1! Die Salzsäure wird für den weiteren Verdauungsprozess im Darm gebraucht. Die Basen aber, um die aus der Verdauung der Nahrung entstehenden Säuren zu neutralisieren. Wenn durch die „falsche Ernährung“ stets mehr Basen gebraucht werden, muss der Magen durch NaCl -Spaltung mehr Basen erzeugen. Dadurch wird aber auch ständig ein Überschuss an Salzsäure erzeugt (s.o.), was zu dem bekannten „Sodbrennen“ führt. Leider sieht die medikamentöse Therapie dafür säurebindende Medikamente vor - anstatt den Patienten durch Ernährungsumstellung zu behandeln; bei der genügend Basen durch die Nahrung zugeführt werden und der Magen nicht ständig NaCl spalten muss, um Basen zu erzeugen.

Teil 3 folgt in assis dens 12/2006

## Gefährliche Zahnspangen

Wer eine Zahnspange tragen muss, ist meist froh, sie schnell wieder los zu sein. Für thailändische Teenager hingegen sind falsche Spangen für die Zähne der jüngste Mode-Hit - je bunter und schriller, desto besser. Aus Sorge um die Gesundheit geht jetzt die thailändische Regierung massiv gegen die Plastikspangen vor und hat ihre Herstellung, den Import und Verkauf verboten. Nach Ansicht der Gesundheitsbehörden können die Spangen die Zähne ruinieren oder schlicht verschluckt werden. Manche enthielten zudem giftige Substanzen. Wer gegen das Verbot verstößt, müsse mit einer Geldbuße von 1000 Euro oder Haft rechnen, hieß es.