

Prophylaxe ist von altgriechisch προφύλαξις prophylaxis „Vorsicht“ abgeleitet, das selbst von προφυλάσσω prophylásson, „sich vor etwas hüten“, abstammt. Zahnmedizinische Prophylaxe umfasst alle vorbeugenden Schutzmaßnahmen, die verhindern sollen, dass Krankheiten von Zähnen, Zahnfleisch und Kiefer, ergo des kompletten Zahnhalteapparates, entstehen oder sich verschlimmern. Im Vordergrund steht somit die Früherkennung von krankhaften Zuständen. Welche Art der Prävention kommt jedoch zum Tragen, wenn unsere Umwelt sich immer weiter auf einen andauernd „krankhaften“ Zustand hinbewegt?



Prophylaxe als Lebenseinstellung

Anne Kummerlöwe

Klar ist, wer auf Mund- und Zahngesundheit Acht gibt, spart gleichfalls auf lange Sicht an Materialien und somit an Ressourcen. Bereits seit einiger Zeit gibt es vermehrt Initiativen, welche Zahnarztpraxen auf dem Weg zur sogenannten Grünen Praxis Unterstützung leisten. Ziel muss es sein, dass immer mehr Mediziner, Behandler und Praxen ein umfassenderes Verständnis für umweltschonendere Vorgänge entwickeln und somit Verantwortung übernehmen. Denn wie kann erfolgreich Prophylaxe angewandt und Nachhaltigkeit gelebt werden, wenn

die Medizin selbst einen riesigen ökologischen Fußabdruck hinterlässt? Ein Gespräch mit Dr. Dr. Markus Tröltzsch (Fachzahnarzt für Oralchirurgie und MKG-Chirurgie in Ansbach sowie Mitbegründer und Geschäftsführer der Organisation greenviu®).

Herr Dr. Tröltzsch, die wenigsten Menschen haben ein kariesfreies Gebiss. Woran liegt das?

Das kommt ein wenig darauf an, wie man die gängigen Mundgesundheitsstudien interpretiert. Man muss leider diesbezüglich dazusagen, dass gerade

junge Patienten, welche in guten familiären Verhältnissen aufwachsen, eher wenig Karies aufweisen, weil da die orale Prophylaxe schon ganz früh begonnen wird. Es ist aber auch so, dass, egal wie gut sie aufpassen, Zugang zum Beispiel zu raffiniertem Zucker ist fast überall gegeben. Am Ende des Tages ist unsere Ernährungsgewohnheit ein wichtiger Faktor. Früher habe ich mich oft gefragt, wieso Eltern ihren Kindern nach dem Zähneputzen noch eine Milch oder etwas anderes Gesüßtes geben. Inzwischen bin ich selbst Vater und weiß: Weil das Kind sonst

nicht schläft. Aber trotzdem muss man da irgendwann eine Entscheidung treffen. Wenn meine Tochter abends noch mal Milch trinkt, dann muss ich halt mit ihr danach Zähne putzen. Es ist, so böse das klingt, oft die Bequemlichkeit der Eltern, wenn Karies früh auftritt. Diese haben die Verantwortung, dafür zu sorgen, was die Kinder essen, und das Gegessene dann auch so gut wie möglich wieder auszuputzen. Außerdem ist eine gewisse Kariesrate durch Ernährung vermutlich gar nicht vermeidbar.

Wenn man darauf schaut, in welchen Lebensbereichen Prophylaxe stattfinden kann und sollte, könnte man auch über das Geisteswohl, den körperlichen Gesamtzustand, Stressvermeidung und Struktur im Lebenswandel an sich sprechen, denn all diese Faktoren stehen in Verbindung miteinander. Daher die Frage: Wo beginnt eigentlich Prophylaxe?

Ich glaube, dass alles eine Frage der Lebenseinstellung ist. Häufig ist der innere Schweinehund einfach zu groß. Wenn ich etwas nicht unbedingt machen muss, dann will ich es auch gar nicht. Aber tatsächlich ist es ja viel klüger, an einem Zeitpunkt anzusetzen, an welchem ein Problem noch gar nicht geschehen ist, als dieses erst auftreten zu lassen. Das ist die primäre Prävention! Nun ist Faulheit aber biologisch betrachtet etwas recht Sinnvolles und Energiesparendes. Der Mensch ist also emotional – zumindest in den meisten Fällen – für eine primäre Prophylaxe gar nicht gemacht. Prävention aber ist die Einstellung, dass ich Dinge, die meiner Gesundheit schaden, ausschalte, soweit irgendwie möglich. Aber aus der Individualsicht ist dieser Gedanke kaum vermittelbar. Selbst für Menschen, die diesen verstehen, ist diese Form der Prävention kaum durchzuhalten. Aus medizinischer Sicht ist Prävention im Grunde das Einfangen des Patienten bis zu jenem Moment, wo ich als Arzt noch nichts tun muss.

In unserer seit drei Generationen und 75 Jahren bestehenden Familienpraxis in Ansbach gibt es glücklicherweise



einen Stamm an Patienten, deren Eltern und Großeltern bereits von uns behandelt wurden und die nun jedes halbe Jahr regelmäßig zur Kontrolle kommen. Von der Gesamtzahl unserer Patienten jedoch sind das gerade mal fünf bis zehn Prozent. Und man muss auch sagen: Prophylaxe ist eine Frage der öffentlichen Wahrnehmung des Gesundheitssystems, welches an seine Grenzen kommt. Wenn der Zahnmedizin politisch nicht nur eine Nullrunde, sondern sogar eine Minusrunde verordnet wird, werden präventive Ansätze natürlich am meisten drunter leiden. Dahinter verbirgt sich auch etwas mehr oder minder Menschliches. Das System ist leider so aufgebaut, dass der, der am meisten macht, auch am meisten honoriert wird. Prävention zielt aber auf das Nichtsmachen ab. Damit schwäche ich mich finanziell natürlich noch viel mehr. Eine düstere Aussicht. Der Punkt ist eigentlich: Wir brauchen bessere Aufklärungsarbeit – auch für Mediziner.

Maßnahmen in Bezug auf Nachhaltigkeit in der Zahnarztpraxis rücken somit auch wieder in den Hintergrund, denn auch da spielen Kostenfaktoren eine wichtige Rolle. In allererster Linie wird auch hier wieder erst mal nur getan, was akut getan werden muss.

So ist es! Hier verbinden wir zwei ganz wichtige Sachen: nämlich Nachhaltigkeit und Prävention. Präventive Medizin bzw. Zahnmedizin ist die wichtigste Medizin, die sie betreiben können. Klar ist, wo ich aktiv werde, hinterlasse ich

einen Fußabdruck. Muss ich nicht aktiv werden, hinterlasse ich keinen. Das hieße vom ökologischen Standpunkt aus, dass Erkrankungen möglichst verhindert werden sollten. Darauf sollte der Fokus liegen.

Könnten Therapiekonzepte aus anderen Kulturen übernommen werden und eventuell Erleichterung, sowohl für Gesundheit als auch für die Umwelt, bringen?

Bei greenviu®, unserer Vereinigung von Ärzten und Fachleuten des Gesundheitswesens mit dem Ziel, die ökologischen Auswirkungen der Medizin in der Welt zu verringern, prüfen wir solche Arbeitsbereiche zurzeit. Vielleicht gibt es da Ansätze. Trotzdem ist Fakt, wenn Sie Medizin ausführen, dann brauchen Sie einen gewissen Hygiene- und Ausbildungsstandard und damit hinterlassen Sie ganz klar einen Fußabdruck. In Bezug auf Ihre Frage: Nicht traditionelle Konzepte als präventive Behandlungsmethoden sind durchaus eine Option. Zum Beispiel kann mit dem Placebo-Konzept allein bei Schmerzkrankungen eine erhebliche Reduktion des Problems erreicht werden. Oder nehmen wir das Beispiel Akkupunktur. Was oft als „Hexenwerk“ verschrien ist, kann erfahrungsgemäß einzelne Probleme unglaublich gut in den Griff bekommen. Diese Methode hat natürlich auch einen ganz anderen Fußabdruck, als wenn ein Pharmakon eingenommen wird. Die Pharmaindustrie allein hinterlässt bereits einen riesigen ökologischen Fußabdruck. Wissenschaftliche

Forschung ebenfalls. Das Gleiche gilt für Arbeitsmaterialien, hygienische Verpackung, Medikamente etc. Wenn ich also die Möglichkeit hätte, z. B. ein Medikament nicht zu nutzen, weil es natürliche Mittel gibt, die das Problem an sich bereits abwenden, dann wäre das doch gar nicht schlecht – womit wir auch schon wieder im Präventionsbereich sind.

Bitte erklären Sie, was es mit dem Konzept greenviu® auf sich hat und wie der aktuelle Stand in Bezug auf bereits Erreichtes ist.

Fangen wir von hinten an, bei dem, was wir bisher erreicht haben. Tatsächlich sind wir noch ganz am Anfang. Nachhaltigkeit erscheint mir manchmal wie ein Modewort, das zwar in aller Munde ist, jedoch unglaublich wenig gelebt wird: greenviu sieht seine Aufgabe darin, für Arzt, Zahnarzt und medizinische Betriebe auf der ganzen Welt eine Blaupause vorzulegen, wie man tatsächlich in der Praxis nachhaltiger werden kann, ohne dabei Qualität, Sicherheitsstandards oder auch Praktikabilität zu opfern. Bereits vor ca. fünf Jahren haben mein Bruder (Priv.-Doz. Dr. Dr. Matthias Tröltzsch) und ich schon einmal ganz enthusiastisch damit begonnen, Nachhaltigkeit in unserer eigenen Praxis zu integrieren. Nach sechs Monaten haben wir das Ganze dann wieder aufgegeben, weil wir bemerkt haben, wie schwierig das alles umsetzbar ist, wenn man es seriös und wissenschaftlich aufbereitet angehen und sich nicht nur ein Label aufkleben will. Deshalb sind wir zunächst zurückgerudert, haben in Ruhe



alles überdacht und zwei Jahre später das greenviu® Konzept entwickelt. Wir haben eine wissenschaftliche Basis gelegt, Algorithmen programmiert, medizinische Berechnungen angestrebt und können nun auch konkrete Tipps daraus ableiten, wie es vor Ort jeweils besser gemacht werden kann. Daraus haben wir schlussendlich unser Konzept erstellt und sind jetzt seit einem Dreivierteljahr aktiv und in 25 Ländern vertreten, aber es ist noch ein ganz weiter Weg vor uns.

Können Sie kurz auf den greenviu® Leitfaden: Reduzieren – Ersetzen – Kompensieren eingehen?

Ja, dieser Leitfaden ist uns sehr wichtig. Im Grunde ist es so, dass bereits seit den Siebzigerjahren verstanden wird, dass, ganz profan gesagt, die Umweltverschmutzung durch den Menschen so nicht weitergehen kann. Es ist verstanden worden, aber es hat, wie so häufig, einfach überhaupt keine Trigger ausgelöst. Erst um die Neunzigerjahre gingen dann die ersten richtigen Umweltschutzbestrebungen los.

Und man muss schon sagen, dass sich die westliche Welt insgesamt doch in eine ganz gute Richtung bewegt. Das reicht natürlich alles noch nicht aus, aber die Richtung ist nicht ganz falsch. Mit Climate Neutral Now gibt es z. B. die Klimainitiative der Vereinten Nationen. Und da gibt es verschiedene wissenschaftliche Ausarbeitungen, die aussagen, welche Schritte notwendig sind, um den Fußabdruck zu reduzieren. Für greenviu® haben wir ebenfalls Leitfäden erstellt – unter Berücksichtigung der Fragen: Was macht in der und für die Medizin Sinn? Und was ist in Bezug auf den Umweltschutz wissenschaftlich gefordert? Der erste und wichtigste Schritt ist immer das Reduzieren des ökologischen Fußabdrucks. Erst wenn ich aktiv daran arbeite, kann ich in die richtige Richtung gehen. Der zweite Schritt ist der Austausch von Produkten, die wir nachhaltiger haben können, bei gleicher Qualität wohlgeerntet. Das ist uns ganz wichtig! Gleiche oder bessere Qualität muss gegeben sein. Unser Paradebeispiel hierfür ist der Nitril-Handschuh,

Das greenviu Prinzip

Das greenviu Prinzip besteht aus 3 Säulen:



der bei uns in der Praxis Verwendung findet, weil dessen Material im Gegensatz zu Latex keine Allergien auslöst – womit wir wieder bei der Prävention wären.

Da erkennt man gut, wie alles ineinandergreift.

Absolut! Die Handschuhe selbst haben eine sehr hohe Qualität. In einem 100er-Pack sind nicht 20 Stück fehlerhaft, sondern nur einer. Während der Behandlung muss ich kaum noch Handschuhe wechseln. Zudem sind sie „naturfreundlich“ entsorgbar. Richtig entsorgt kompostieren die innerhalb eines Jahres – das macht ein nachhaltiges Produkt aus. Dies nur als Beispiel dafür, warum allein das Ersetzen wichtig ist. Außerdem umfasst diese Art des Ersetzens tatsächlich gleichzeitig das Reduzieren – ich reduziere so meinen alltäglichen Fußabdruck –, allerdings in dem Wissen, dass es eine komplett klimaneutrale Medizin niemals geben kann. Man sollte aber den daraus resultierenden Fußabdruck dennoch irgendwie adressieren. Kompensieren wiederum funktioniert nur über wirklich hochqualitative Klimaprojekte, die auch wirklich etwas ausrichten können. Mit fünf neu gepflanzten Bäumen ist da nicht viel getan. Zwar ist ein Baum ein hervorragender CO₂-Speicher, wenn er aber in 20 Jahren wieder weggemacht wird, ist nichts gekonnt. Bei greenviu® laufen die Offset-Maßnahmen über die Vereinten Nationen. Wir sind zertifiziertes Mitglied dieser Klimainitiative und dürfen das auch im Logo führen. Mit der Aussendung unserer Urkunden sind auch alle unsere Mitglieder indirekt Mitglied der Vereinten Nationen. Eines unserer Energieprojekte in Verbindung mit den Vereinten Nationen soll zum Beispiel vorantreiben, dass weltweit Braunkohleenergie durch Wasserkraft und Solar ersetzt wird. Dadurch ergäbe sich bereits eine relevante Reduktion des Fußabdrucks. Wir schauen ganz gezielt nach solchen Projekten, wo eine Reduktion nachweislich ist und auch funktioniert. Unsere ausgesprochene Maxime ist: Weniger Umweltverschmutzung ist besser. Und wir hoffen, dass das eine positive Auswirkung haben wird.

Ziehen wir ein Fazit: Wie oft sollte man Ihrer Meinung nach die Zahnbürste wechseln, um sowohl Zahngesundheit als auch die „Gesundheit“ der Umwelt weiter sicherzustellen?

Hier müssen wir die Frage stellen: Was ist eine nachhaltige Zahnbürste? Eine aus Bambus oder eine aus Kunststoff etc.? Aber auch diese Frage kann man nicht völlig abschließend beantworten. Es gibt viele Hersteller von Bambuszahnbürsten, die ihr Material aus China importierten. Da ist der Transportfußabdruck natürlich enorm. Es gibt allerdings auch solche, die bodensichernde Anpflanzungen in Nordafrika nutzen. Dazu muss man wissen, dass Bambus kein Baum, sondern ein Gras ist, welches wahnsinnig schnell wächst und so mehr für eine Mikrozirkulationsverbesserung sorgt als eine Bewaldung. Wenn ich damit in Nordafrika große Flächen bepflanze, kann das sehr positive Auswirkungen auf das Klima haben. Zudem ist der Transportweg ein völlig anderer und die Primäranpflanzung auch unter einer ganz anderen Maxime gestellt – was einer gewissen Nachhaltigkeit entspräche. Der viel geschmähte Kunststoff wiederum ist eigentlich, sofern er sauber recycelt wird, ein umweltfreundliches Material. Kunststoff kann über viele Jahre immer wieder neu in saubere Formen gebracht werden. Wenn Sie nun der Meinung sind, dass die Borsten Ihrer Zahnbürste schon viel zu weit abstehen und sie diese nicht mehr benutzen können, beachten Sie Folgendes: Ist die Zahnbürste aus Kunststoff, tun Sie diese bitte ins Recycling. Ist sie aus Bambus, schneiden Sie bitte die Borsten ab, weil die aus Nylon sind und in das Plastikrecycling gehören. Den Bambusteil können Sie in den Biomüll werfen. Somit ist alles sauber entsorgt. Ich persönlich finde eine Wechselzeit von ungefähr drei Monaten nicht so schlecht, muss aber zugeben, dass ich meine eigene Zahnbürste häufig auch viel zu lange benutze.

Herr Dr. Tröltzsch, ich bedanke mich sehr für das informative Gespräch und wünsche Ihnen und Ihrem Projekt alles Gute.



**>200 € P.A.
MEHR UMSATZ
PRO PATIENT
OHNE MEHRAUFWAND**

**REGELMÄSSIG
PZR-PATIENTEN**

=

**REGELMÄSSIG
MEHR UMSATZ**

Jetzt QR-Code scannen
und mehr erfahren!



DZVS.DE/PZR-FLATRATE-PJ