

# Zehn Energiespartipps für die Praxis

Jetzt den Sparmodus voll aufdrehen. Von Dr. med. dent. Amelie Ackemann, Bensheim, Deutschland.

Die Prognosen stehen schlecht: Auf allen Informationskanälen warnen Experten vor extremen Energiekosten, Gas- und Strompreise sollen laut Vorhersagen um über hundert Prozent steigen. Jetzt gilt es, den Sparmodus voll aufzudrehen. Die folgenden zehn Tipps sollen Zahnarztpraxen dabei unterstützen, Kosten zu sparen, ohne auf Komfort oder Qualität zu verzichten.

## 1. Lüftungsregeln beachten

Klare Lüftungsregeln für das ganze Team sorgen für weniger Energieverlust, ohne auf frische Luft zu verzichten. Dabei sollte lieber auf Stoßlüften zurückgegriffen werden, als die Fenster für längere Zeit zu kippen. Wird im Sommer eine Klimaanlage verwendet, gelten dieselben Regeln. Ist die Klimaanlage eingeschaltet, sollten Fenster und Türen geschlossen bleiben. Klimaanlagen und Heizungen sind außerhalb der Praxisöffnungszeiten auszuschalten.

## 2. Raumtemperatur anpassen

Temperaturregler an den Thermostaten von Heizungen und Klimaanlagen sollten in der Praxis auf eine vorher festgelegte Temperatur fest eingestellt sein. Beachten Sie dabei, dass auch geringes Absenken der Wunschtemperatur die jährlichen Energiekosten bereits massiv senken kann. Programmierbare Thermostate sorgen für die richtige Temperatur zum gewünschten Zeitpunkt.

## 3. Praxisbeleuchtung anpassen

Die Beleuchtung Ihrer Praxis macht einen großen Teil der Energiekosten aus. Achten Sie darauf, Energiespar- oder LED-Leuchten einzusetzen. In weniger frequentierten Bereichen helfen Bewegungsmelder dabei, diese nicht dauerhaft beleuchten zu müssen.

## 4. Zeitschaltuhren installieren

Zeitschaltuhren können beim Thema Geräte und Beleuchtung für Einsparungen sorgen. So wird besonders außerhalb der Praxisöffnungszeiten ein möglichst geringer Energieverbrauch erreichbar, auch wenn das ein oder andere Mal das Ausschalten vergessen wird.

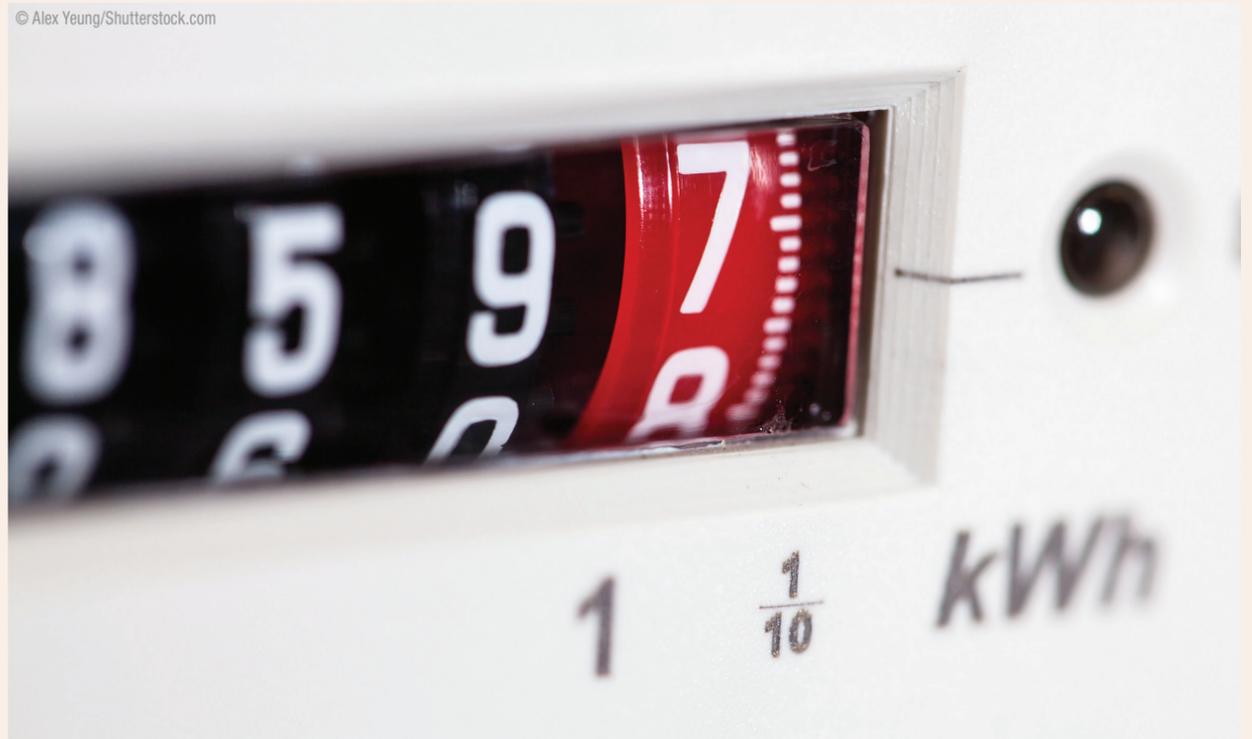
## 5. Laborgeräte effizient betreiben

Viele Praxen besitzen auch ein eigenes Dentallabor. Besonders Brenn- und Keramiköfen haben einen extrem hohen Energiebedarf. Achten Sie darauf, dass die Laborgeräte bei Nichtbenutzung ausgeschaltet werden.

## 6. Stand-by-Modus vermeiden

Alle Praxiscomputer und Bildschirme sollten immer so schnell wie möglich in den Schlafmodus versinken und keinen Bildschirmschoner anzeigen. Abschaltbare Steckerleisten helfen – nicht nur im Büro – dabei, auf den Stand-by-Modus zu verzichten und die Geräte zum Feierabend recht einfach abzuschalten.

© Alex Yeung/Shutterstock.com



## 7. Effizient im Steri

Auch die Geräte im Sterilisationsraum sind große Stromfresser. Beim Kauf sollte daher auch hier auf die Energieeffizienz und vor allem auf den Bedarf der Praxis geachtet werden. Viele Geräte laufen mit viel ungenutztem Platz und kosten so wahnsinnig viel Energie. Bei sehr alten Geräten kann ggf. auch ein Neukauf mit besserer Energieeffizienz sinnvoll sein.

## 8. Kühlgeräte richtig betreiben

In vielen Praxen wird mindestens ein Kühlschrank, gelegentlich sogar zwei, eingesetzt. Achten Sie auch bei diesen Geräten auf eine hohe Energieeffizienz und darauf, diese nicht direkt neben der Heizung zu platzieren. Nach dem Öffnen sollte der Kühlschrank natürlich immer möglichst schnell wieder verschlossen werden.

## 9. Saugmaschine an Bedarf anpassen

Durch den dauerhaften Einsatz und hohen Energiebedarf stellen Saugmaschinen einen wesentlichen Teil der Stromkosten dar. Hier ist es wichtig, darauf zu achten, dass die Absaugmaschine an den Bedarf der Praxis angepasst ist und sich im besten Fall auch selbst herunterregulieren kann, sollte weniger Leistung benötigt werden.

## 10. Gemeinsam nachhaltig denken

Besprechen Sie diese Tipps auch mit Ihrem Team und überlegen Sie zusammen, was Sie wie umsetzen möchten und welche Praxisregeln aktualisiert werden sollten. Checklisten zum Feierabend, Lüftungsregeln und die Anwendung automatisierter Abläufe (wie beispielsweise die Benutzung von Temperaturreglern) helfen dabei, dauerhaft Energie zu sparen. **DT**



Dr. med. dent.  
Amelie Ackemann

Zahnarztpraxis Cranium  
Denada Praxiscoaching  
Berliner Ring 151  
64625 Bensheim  
<https://deinpraxiserfolg.de>

Infos zur Autorin



ANZEIGE

# METASYS NASS-ABSAUGUNG

LEISTUNGSSTARKE NASS-ABSAUGUNG MIT WARTUNGS-FREIEM SEDIMENTATIONSABSCHIEDER EXCOM hybrid - ECO II

### EXCOM hybrid

- >> mit frequenzgesteuerter Unterdruckregelung
- >> Unterdruck konstant bei 180 mbar
- >> Aerosolreduzierung durch einen Saugstrom von 300 l/min an der großen Kanüle

### ECO II

- >> einfache, rasche Installation - plug & play
- >> keine elektronischen Bauteile
- >> hohe Abscheiderate von 99,3 %



**METASYS**  
protect what you need