

# Tut Gutes UND ES KOMMT ZURÜCK!

## INHALT

Was und wo genau Erika Gutes tut, erfahrt ihr ab S. 24 im Heft.



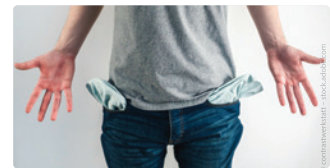
© privat

Soziales Engagement ist keine Einbahnstraße – es kommt unglaublich viel zurück. Zwei Jahre nach meiner Approbation habe ich mich dazu entschieden, für einen Hilfseinsatz nach Peru zu gehen, und dies bis heute nicht bereut. Die Möglichkeiten, sich im medizinischen Fachbereich, besonders auch in der Zahnmedizin, sozial zu engagieren, sind vielfältig und groß. Dies zeigt natürlich auch, dass es hier einen ebenso großen Bedarf gibt. In meinem Fall habe ich nach Optionen gesucht, um unter völlig anderen Bedingungen praktizieren zu können und eine neue Perspektive zu gewinnen. Es war mir wichtig, dass ich mich sicher fühle und genügend Erfahrung im Gepäck habe, wenn ich meinen Patienten gegenüberstehe. Dennoch gibt es

3 Editorial

> **STUDIUM**

- 6 News
- 8 Maximaler Stress im Studium
- 10 Dentale Zukunft: Disruptiv und nachhaltig
- 12 Wohnen & Co.: Studierende massiv unter Druck

> **PRAXIS**

- 14 News
- 16 Q&A mit Lilly: Die beste Zeit zu gründen? Ist jetzt!
- 18 Genau mein Ding! Zahnärztliche Spezialisierungen und Fachzahnarztweiterbildung
- 20 „Wir teilen alle Aufgaben – in der Praxis und als Familie“



- 24 Mit gutem Beispiel voran: Charity 2.0



▼

auch vor der eigenen Haustür etliche Hilfsangebote, die sich über die Unterstützung junger Zahnis freuen. Beispielsweise bin ich auch für die Special Olympics NRW im Einsatz und begleite während der Spiele die von der BZÄK geförderten zahnmedizinischen Gesundheitskampagnen. Die teilnehmenden Athleten haben meist eine geistige Beeinträchtigung, für welche wir Volunteers im Rahmenprogramm vor allem prophylaktische Aufklärungsarbeit zur richtigen Zahn- und Mundhygiene leisten. Dies ist nicht nur eine wichtige und tolle Erfahrung, die uns später im Arbeitsalltag zugutekommt, vor allem macht das Helfen auch einfach glücklich. Das Potenzial, sich karitativ zu engagieren, sollten junge Zahnmediziner unbedingt nutzen – der Bedarf ist da und die Erfahrung prägt nachhaltig. Gerade in den gesellschaftlich und politisch etwas schwierigeren Zeiten ist es eine wahnsinnig wertvolle Möglichkeit, zu geben und zu nehmen. Eine gesellschaftliche Win-win-Situation sozusagen: für Bedürftige – nah und fern – sowie junge Mediziner, die durch eine neue Perspektive für ihr weiteres Berufsleben lernen wollen.

#### Erika Segalyte

Angestellte Assistenz Zahnärztin in oralchirurgischer Weiterbildung  
Special Smiles Coordinator (Special Olympics Deutschland)  
Social Media Management (Zahnärzte helfen e.V.)



## Wir suchen dich!

Werde dentalfreshler\*in!

Wir suchen Zahnis sowie junge Zahnärztinnen und Zahnärzte, die gerne aus ihrem Studiums- und Arbeitsalltag berichten möchten! Entweder durch eigene Texte oder im Gespräch mit uns – wir sind ganz Ohr und freuen uns über alle Hinweise zu Themen, die euch bewegen!

Wir bieten eine Plattform für eure Visionen, euren Erfolg, eure Herausforderungen und eure Kritikhinweise und ein tolles dental life-Netzwerk!

Auf geht's – schreibt uns einfach eine Mail an [dentalfresh@oemus-media.de](mailto:dentalfresh@oemus-media.de) oder ruft an unter **Tel. +49 341 48474-133**.



- 28 Auf's Bauchgefühl hören:  
Warum wir unsere Intuition wertschätzen sollten
- 29 Ein Plädoyer für die Liebe zum Detail in der Praxis

### > MARKT

- 30 News
- 34 Say Yes to Digitalisierung
- 36 Integrative Oral Medizin (IOM):  
Lost im Baumarkt aka Behandlungszimmer – Das muss nicht sein!
- 38 Produkte

### > LEBEN

- 40 News
- 42 Impressum

## So geht crossmedial auf **ZWP ONLINE**

Hier geht's zum neuen Audioformat von ZWP online: **reingehört**



Den Inhalt vertiefen?



Hier gibt's mehr **Text.**

QR-Code zu mehr Text auf ZWP online



Die Icons weisen den Weg:  
Video, Bildergalerie,  
vertiefender Text oder  
Updates per Newsletter

# Verlass Dich auf uns – von Anfang an.



Attraktive Angebote für Studenten und Existenzgründer

