

Verbesserte Leistung für Zahnmedizinstudenten

Hintergrundmusik reduziert den Behandlungsstress.

Eine neue Studie der Universität Ostfinland ergab, dass Hintergrundmusik bei Zahnmedizinstudenten einen positiven Einfluss auf das Stressniveau hat und gleichzeitig ihre Leistung bei präklinischen Zahnvorbereitungsübungen verbessert. Die Ergebnisse der Pilotstudie wurden im *Journal of Dental Education* veröffentlicht. Die Forscher untersuchten die Auswirkungen von Hintergrundmusik auf 36 junge Zahnmedizinstudenten während ihrer Phantomkopf-Trainingsübungen in einem Simulationslabor. Die Studenten wurden gebeten, ihre Leistung während der Übungen ohne Musik und mit leiser, langsamer Hintergrundmusik zu bewerten. Es wurde auch eine computergestützte Messung durchgeführt, um die Leistung der Studenten zu analysieren.

Bessere Behandlungsergebnisse

Die Ergebnisse der Studie waren vielversprechend. Die allgemeine Zufriedenheit der Studenten mit der Hintergrund-

musik war hoch, und es wurde festgestellt, dass die Musik dazu beitrug, den Stress der Studierenden zu reduzieren und ihre Motivation zum Lernen zu steigern. Trotz der Hintergrundmusik verlief die Kommunikation reibungslos und die Qualität der Kavitätenpräparation wurde verbessert. Die Studie unterstützt den Einsatz von Hintergrundmusik in der präklinischen Zahnmedizin-Ausbildung, da sie offenbar hilfreiche Auswirkungen auf die Ausbildung und Praxis zahnärztlicher Fertigkeiten hat. Die Musikintervention könnte auch auf andere stressige zahnärztliche Ausbildungsumgebungen ausgeweitet werden. Diese Studie ist ein vielversprechender erster Schritt, um die Verwendung von Hintergrundmusik in der Zahnmedizin-Ausbildung zu fördern. Die Ergebnisse sollten jedoch durch weitere Studien bestätigt werden, um die Wirksamkeit dieser Intervention zu belegen. [DT](#)

Quelle: University of Eastern Finland



Nachhaltige Praxiswirtschaft

Chance für die zahnmedizinische Versorgung?

Viele Zahnarztpraxen haben derzeit mit hohen Energie- und Materialpreisen zu kämpfen.¹ In dieser herausfordernden Situation kann Nachhaltigkeit helfen, Kosten zu sparen und an Effizienz zu gewinnen. An der Mundgesundheit zu sparen, so wie es aktuell viele in Betracht ziehen,² kann langfristig negative Folgen für die Mundgesundheit haben. In der zahnärztlichen Praxis wird Nachhaltigkeit vor allem beim Entsorgungsmanagement, Energieverbrauch und der Digitalisierung angegangen. Auch die Geräterwartung bietet Potenziale.

Tipps für eine nachhaltige Praxisführung Entsorgungsmanagement

Im Englischen gibt es den Leitgedanken der vier R: reduce (Reduzierung), reuse (Wiederverwendung), recycle (Recycling) und rethink (Umdenken). Wie Ihre Praxis konkret Abfall vermeiden kann:

- Bei Materialbestellungen möglichst auf Sammelbestellungen, Großpackungen und regionale Lieferanten setzen sowie Retouren vermeiden.
- Wenn möglich, auf Mehrweg-Versandssysteme setzen – das spart Kartonage und verringert somit den Ressourcenverbrauch.

Energieverbrauch

Was zu Hause funktioniert, hilft auch in der Praxis: Lichter, energieintensive Elektrogeräte und nicht gebrauchte Geräte ausstellen:

- Kippschalter nutzen und bei Betriebsschluss alle Stromquellen komplett abschalten. Hierzu gehören auch Kaffeemaschinen oder Mikrowellen im Pausenraum.
- Nur Geräte einschalten, die tatsächlich benötigt werden. Zum Beispiel den Thermodesinfektor bis zur vollen Beladung ausgeschaltet lassen.

Geräterwartung

Aufgrund der hohen Hygienevorschriften gibt es hier von vornherein höhere Aufwendungen. Kleine Optimierungen:

- Bei Ultraschallgerät und Co. die Herstellerangaben und empfohlenen Dosierungen genau einhalten. Das verlängert die Gerätehaltbarkeit und spart somit Kosten.
- Statt einmalig verwendeter Schutzverpackungen aus Kunststoff besser Sterilcontainer verwenden.

Digitalisierung

Der zunehmende Verwaltungsaufwand stellt Zahnarztpraxen vor Herausforderungen. In der Automatisierung und Digitalisierung von Abläufen und Routinen steckt aber auch hohes Einspar- und Nachhaltigkeitspotenzial.

- Online-Terminbuchungssysteme reduzieren den Verwaltungsaufwand und sparen Papierkosten.
- Bilddaten für das Team direkt in der Cloud zur Verfügung stellen, spart unnötige Transportwege und schont Ressourcen.

Neben Zahnarztpraxen sind ebenso Unternehmen in der Verantwortung, zu einer besseren Umwelt beizutragen, indem sie etwa möglichst ressourcenschonend produzieren.

Nachhaltigkeit bei LISTERINE®

Auch LISTERINE® arbeitet kontinuierlich an Lösungen, um den ökologischen Fußabdruck zu verringern: So sind die Flaschen der LISTERINE® Mundspülungen zu 100 Prozent recycelbar* und bestehen zudem zu 50 Prozent aus recyceltem Kunststoff (PCR). Nicht zuletzt profitieren Patienten dank Mundspülungen mit antibakterieller Wirkung wie LISTERINE® von einer einfach umzusetzenden Maßnahme zur Optimierung ihrer Mundgesundheit zusätzlich zum regelmäßigen Zähneputzen.

Die häusliche Prophylaxe optimieren

Laut einer aktuellen Umfrage möchten 41 Prozent der jüngeren Befragten an der professionellen Zahnreinigung sparen.³ Die möglichen Folgen vernachlässigter Mundhygiene aufzuzeigen, ist daher wichtiger denn je, nicht nur für Behandelnde. Denn für eine effiziente Zahn- und Mundraumvorsorge gilt neben dem regelmäßigen Gang in die Zahnarztpraxis die häusliche 3-fach-Prophylaxe – bestehend aus zweimal täglichem Zähneputzen, Interdentalarreinigung und Verwendung von Mundspülungen mit antibakterieller Wirkung – als Maßstab.⁴ Den Zusatznutzen von Mundspüllösungen mit antibakterieller Wirkung, wie z. B. LISTERINE®, bestätigt auch die aktuelle deutschsprachige S3-Leitlinie.⁴ Sie können außerdem auch über

einen längeren Zeitraum verwendet werden, ohne dass Verfärbungen der Zähne zu erwarten sind⁴ oder die Mundflora aus dem Gleichgewicht gerät. Mit den bis zu vier enthaltenen ätherischen Ölen (Eukalyptol, Thymol und Menthol sowie Methylsalicylat) bekämpft LISTERINE® 99,9 Prozent der nach dem Zähneputzen verbliebenen Bakterien.

Zwei klinische Studien^{6,7} zeigen ihren Zusatznutzen zur mechanischen Reinigung:

Studie 1: Klinische Wirksamkeit von Mundspülungen und Anwendung von Zahnseide auf Plaque⁶
Ergebnis: Das Spülen des Mundraums mit LISTERINE® bietet zusätzlich zum Zähneputzen bei zweimal täglicher Anwendung über zwölf Wochen eine 4,6-mal höhere interproximale Plaque-Prävention als Zähneputzen und die tägliche Anwendung von Zahnseide durch Dentalhygieniker.^{**6}

Studie 2: Die Effekte von Mundspülungen mit ätherischen Ölen als Teil der Mundhygiene-Routine⁷
Ergebnis: Die Ergänzung von LISTERINE® als dritten Schritt zur Kombination aus Zähneputzen und Zahnseide-Anwendung führt zu einer Reduktion der interproximalen Plaque um 28,4 Prozent mehr gegenüber dem zweimal täglichen Zähneputzen in Kombination mit einer täglichen Zahnseide-Anwendung.^{***7}

Fazit: Einsparungen bei Energieverbrauch und Co. helfen sowohl der Umwelt als auch beim Sparen. Patienten profitieren neben regelmäßigen Kontrolluntersuchungen von der häuslichen 3-fach-Prophylaxe und dem zweimal täglichen Spülen mit LISTERINE® zusätzlich zum Zähneputzen. [DT](#)

Quelle: Johnson & Johnson LISTERINE®

Infos zum Unternehmen



Literatur



*Sicherheitsiegel ausgenommen. Umweltsipp: mit geschlossenem Deckel auf der Flasche entsorgen.

**Anhaltende Plaque-Prävention über dem Zahnfleischrand bei Anwendung nach Anweisung über zwölf Wochen nach professioneller Zahnreinigung. Die Anwendung der Zahnseide wurde von einem Dentalhygieniker durchgeführt.

***Anhaltende Plaque-Reduktion über dem Zahnfleischrand bei Anwendung nach Anweisung für zwölf Wochen nach einer Zahnreinigung. Die Anwendung von Zahnseide wurde unter Aufsicht durchgeführt. Verwenden Sie LISTERINE® immer in Ergänzung zur mechanischen Reinigung (3-fach-Prophylaxe).

