



Vertrauen ist gut, Verstehen ist besser

Wie konkrete Zahlen die Patientenaufklärung verbessern.

Was bedeutet eigentlich «selten»? Für viele Patienten mehr, als Ärzte meinen. Eine neue Studie zeigt, wie unpräzise Sprache in der Medizin zu falschen Entscheidungen führt und warum konkrete Zahlen in der Aufklärung den Unterschied machen können.

Wer beim Zahnarzt über Risiken aufgeklärt wird, hört oft Formulierungen wie «sehr selten» oder «in Einzelfällen». Was gut gemeint ist, kann zu einem deutlichen Missverständnis führen. Denn wie eine aktuelle Studie der University of Oregon zeigt, werden medizinische Risiken realistischer eingeschätzt, wenn sie in Zahlen

Die Studie konzentriert sich bewusst auf die Kommunikation, nicht auf die Bewertung medizinischer Massnahmen.

statt in Worten vermittelt werden. Die Ergebnisse stammen aus der Arbeitsgruppe von Prof. Ellen Peters, Leiterin des Center for Science Communication Research. Das Team untersuchte, wie sich unterschiedliche Formen der Risikokommunikation auf Wahrnehmung und Entscheidungsverhalten auswirken. Veröffentlicht wurde die Zusammenfassung kürzlich auf ScienceDaily. Demnach werden verbal beschriebene Risiken wie «wahrscheinlich» oder «selten» häufig überschätzt. Sobald konkrete Zahlen genannt werden, sinkt diese Tendenz deutlich.

Auf Basis der Daten formulierten Peters und ihr Team fünf Empfehlungen, wie medizinische Informationen klarer vermittelt werden können, auch in der zahnärztlichen Aufklärung.

1. Konkrete Zahlen statt vager Begriffe

Formulierungen wie «gelegentlich treten Nebenwirkungen auf» lassen viel Raum für Interpretation. Eine Zahl wie «Sieben Prozent berichten über Kopfschmerzen» schafft mehr Klarheit.

2. Informationen gezielt auswählen

Zu viele Angaben auf einmal führen schnell zur Überforderung. Die Studie empfiehlt, sich auf die Informationen zu konzentrieren, die für die Entscheidung wirklich wichtig sind.

3. Vergleichswerte schaffen Orientierung

Eine Zahl allein bleibt abstrakt. Erst im Vergleich wird deutlich, wie gross oder klein ein Risiko tatsächlich ist. Der Unterschied zwischen 93 und 99 Prozent Überlebensrate wird so greifbarer.

4. Unsicherheiten benennen

Risiken in der Medizin basieren auf Wahrscheinlichkeiten. Diese Unsicherheiten offenzulegen, erhöht die Glaubwürdigkeit und erleichtert es, informierte Entscheidungen zu treffen.

5. Verständnis überprüfen

Ob eine Information richtig angekommen ist, lässt sich mit der sogenannten Teach-Back-Methode testen. Der Patient gibt das Gehörte mit eigenen Worten wieder. Das klärt Missverständnisse und spart im Zweifel Zeit.

Die Studie konzentriert sich bewusst auf die Kommunikation, nicht auf die Bewertung medizinischer Massnahmen. In weiteren Untersuchungen soll unter anderem geprüft werden, wie persönliche Erfahrungen die Risikowahrnehmung zusätzlich beeinflussen. [DT](#)

Quelle: ZWP online



Prophylaxe – mehr als eine Zahnreinigung

Individuelle Betreuung und Prävention über alle Lebensphasen.

Als Prophylaxeassistentin stehe ich im direkten Austausch mit Menschen, die ihren Alltag, ihr Wohlbefinden und ihr strahlendes Lächeln mit uns teilen. Prophylaxe verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz: Sie setzt dort an, wo Erkrankungen entstehen können, und verbindet Fachwissen mit individueller Betreuung. Neben akkurater Reinigung spielt der persönliche Austausch eine entscheidende Rolle. So lassen sich Ängste abbauen, Alltagsgewohnheiten verstehen und massgeschneiderte Massnahmen entwickeln. Entlang aller Lebensphasen – vom ersten Milchzahn bis zum Zahnersatz – begleitet Prophylaxe Patienten dabei, ihre Mundgesundheit nachhaltig zu fördern. Gesund beginnt im Mund!

Dieser Artikel gibt Einblick in meine tägliche Arbeit, meine Haltung und die Bedeutung einer ganzheitlichen Prophylaxe, die Körper, Geist und Alltag der Patienten gleichermaßen einbezieht.



Zwischenmenschliche Beziehungen

Empathie und Vertrauen bilden das Fundament jeder Prophylaxebehandlung. Mit wertschätzender Kommunikation gehe ich auf individuelle Bedürfnisse ein und nehme mögliche Zahnarztängste ernst. Durch offene Gesprächstechniken wie aktives Zuhören und gezielte Fragen lerne ich den Alltag und die Gewohnheiten meiner Patienten kennen. Gemeinsam setzen wir realistische Ziele zum einfachen Umsetzen für zu Hause. Regelmässiges Feedback motiviert und fördert die Eigenverantwortung. So entsteht eine partnerschaftliche Atmosphäre, in der Erfolge gemeinsam gefeiert und Hemmungen Schritt für Schritt überwunden werden.

Individuelle Beratung

Jeder Mund ist einzigartig und bringt ein eigenes Risiko-profil mit. Im ersten Schritt erhebe ich Anamnese und erfasse Vorerkrankungen, Medikamenteneinnahme, kieferorthopädische Apparaturen oder Allergien, um fundierte Empfehlungen zu geben. Auf dieser Grundlage wähle ich geeignete Putztechniken, Fluoridkonzentrationen und Interdentalhilfen aus. Das Ergebnis ist ein massgeschneiderter Prophylaxeplan, der genau zu den Bedürfnissen und Zielen jedes Patienten passt.

Ernährungsberatung

Die Ernährung hat direkten Einfluss auf den Zahnerhalt. Zucker und Säuren greifen den Zahnschmelz an, und die Frequenz der Aufnahme ist entscheidender als die Menge. Ich berate über zuckerarme und säurearme Alternativen, zeige, wie Karieshemmung beispielsweise mit Xylit-Kaugummi funktioniert, und erläutere die Wirkung von Fluoridspülungen nach Mahlzeiten. Ausserdem stelle ich alternative Snacks vor, achte auf die Mundraum-pH-Werte und unterstütze bei der langfristigen Integration neuer, zahnschonender Gewohnheiten im Alltag. Ich vermittele praxisnahe Tipps und berate über den richtigen Zeitpunkt zum Zähneputzen, um den Zahnschmelz zu schonen.

Prophylaxe bei Kindern

Die frühe Prophylaxe legt den Grundstein für ein gesundes Zahnleben. Hier kann schon eine Vertrauensbasis für die Zukunft geschaffen werden. Wer früh mit seinen Kindern den Zahnarzt aufsucht entwickelt so positive Routinen, die sie ins Erwachsenenalter begleiten.

Ab dem Durchbruch des ersten Milchzahns erkläre ich spielerisch die KAI-Methode und setze kindgerechte Hilfsmittel wie bunte Bürsten oder Zahnputzuhr ein. Eltern erhalten Coaching für optimales Zähneputzen und Tipps zur Vermeidung frühkindlicher Zahnerkrankungen wie z.B. Nurse-Bottle-Syndrom. Ein Belohnungssystem mit kleinen Geschenken fördert die Motivation. Regelmässige Kontrollen bei niedriger Hemmschwelle sichern langfristigen Erfolg.

Prophylaxe in der Schwangerschaft

Hormonelle Schwankungen können das Zahnfleisch stark sensibilisieren und zu Schwangerschaftsgingivitis führen. Im zweiten Trimester führe ich sanfte PZR-Sitzungen durch, passe Liegepositionen an und verkürze Termine, um Übelkeit zu vermeiden. Ich informiere über den Zusammenhang zwischen Parodontitis und Frühgeburtsrisiko und empfehle eine enge

Abstimmung mit der Gynäkologin. Auf Beratung zu Folsäure, Vitamin D und Calcium folgt praktischer Rat, wie Mundpflege trotz morgendlicher Übelkeit gelingt. Ergänzende Tipps zu zahnschonenden Pflegemitteln runden die ganzheitliche Aufklärung ab.

Dokumentation

Eine lückenlose Dokumentation bildet das rechtliche und fachliche Rückgrat jeder Prophylaxebehandlung. Ich erfasse Befunde und individuelle Beratungsinhalte, Änderungen der Anamnese und Empfehlungen, um später auf diese wieder eingehen zu können. Weiters dokumentiere ich auch Angaben von Patienten, beispielsweise Veränderungen der Arbeitssituation, Stress, Scheidung ... etc., denn auch ein veränderter Lebensumstand kann sich auf die Mundgesundheit auswirken.

Mein Fazit

Prophylaxe ist weit mehr als eine reine Zahnreinigung. Sie kombiniert empathische Kommunikation, individuelle Risikoanalyse und Ernährungsberatung mit konkreten Massnahmen für Menschen in allen Lebensphasen. Eine sorgfältige Dokumentation sichert Qualität, Rechtssicherheit und interprofessionelle Zusammenarbeit. Als Prophylaxeassistentin sehe ich meine Aufgabe darin, Patienten ganzheitlich zu begleiten, Ängste abzubauen und nachhaltige Routinen zu etablieren. Nur durch dieses Zusammenspiel aus Beziehungsaufbau, Fachwissen und Präzision entsteht langfristige Mundgesundheit und ein Lächeln, das Ausdruck von Vertrauen und Fürsorge ist. Investitionen in Prophylaxe lohnen sich nicht nur für Patienten, sondern auch für das Gesundheitssystem. [DT](#)



Sandra Schmee
Tel.: +43 650 3210609
sandra@praxiscoaching.at
www.praxiscoaching.at

