

Ergonomisch arbeiten in der Zahnarztpraxis

# Rückenschmerzen vermeiden

**Zahnärzte legen großen Wert darauf, dass ihre Patienten während der Behandlung stabil und bequem sitzen. Die eigene Haltung steht oft weniger im Fokus. Dabei ist eine vernünftige Arbeitsposition für jedes einzelne Teammitglied der Praxis mindestens ebenso wichtig. Schließlich arbeitet man hier über viele Jahre mehrere Stunden am Tag. Grund genug, bei einer Investitionsentscheidung in einen neuen Arbeitsplatz auch ergonomische Erwägungen mit zu berücksichtigen. Insbesondere moderne Behandlungseinheiten können durch intelligente Konzepte bei der langfristigen Gesunderhaltung helfen.**

Marcel Meurer/Bad Homburg

**n** Nach einem langen Tag am Behandlungsstuhl schmerzt der Rücken: Fast jeder Zahnarzt hat diese Erfahrung machen müssen. Ungünstige Arbeitspositionen und Bewegungsabläufe führen zu Rückenbeschwerden. Von zentraler Bedeutung für Schmerzen im Rücken-, Schulter- und Nackenbereich sind dabei Fehlhaltungen und einseitige Belastungen am Arbeitsplatz.

Bei einer Befragung gaben 64 Prozent der Zahnärzte an, an Erkrankungen im Bereich der Wirbelsäule zu leiden, 42 Prozent klagten über haltungsbedingte Kopfschmerzen.

Häufig gewöhnt sich der Behandler eine ungünstige Haltung und einen falschen Bewegungsablauf früh im Berufsleben oder bereits an der Universität an. Fehlende Beinfreiheit bei vielen herkömmlichen Behandlungseinheiten kann dazu führen, dass sich Assistenz und Behandler ins Gehege kommen und dadurch beide in unnatürlichen Positionen arbeiten. Bei den meisten zahnärztlichen Arbeitsplätzen ist es außerdem nicht möglich, in einer anderen Position als der 9-Uhr-Position zu behandeln. Obwohl in zahlreichen Studien dazu geraten wird, nicht übermäßig lange in einer Arbeits-

haltung zu verbleiben. In der Arbeitsmedizin wird daher beispielsweise für Büroarbeit explizit empfohlen, zwischen sitzender und stehender Tätigkeit abzuwechseln. Die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin rät in ihren Publikationen zu einer ausgewogenen „Steh-Sitz-Dynamik“. Für den Büroalltag sollten die Beschäftigten „zu 50 % sitzend und zu jeweils 25 % stehend bzw. in Bewegung verbracht werden“.

Für einen Büroarbeitsplatz können die Voraussetzungen für ergonomisches Arbeiten durch den Kauf eines entsprechenden Bürostuhls und eines höhenverstellbaren Arbeitstisches vergleichsweise einfach geschaffen werden. In der Zahnarztpraxis hängen diese zu einem großen Teil von der Behandlungseinheit ab, die bis zu 20 Jahre lang täglich genutzt wird – und zwar vom Zahnarzt und von der Assistenz gleichermaßen. Um so wichtiger ist es, dass bei der Entscheidung über eine so langfristige Investition, wie die in einen zahnärztlichen Arbeitsplatz, auch ergonomische Aspekte für alle Beteiligten bei den Auswahlkriterien berücksichtigt werden. Ein Behandlungsstuhl, an dem sowohl die Assistenz als auch der Zahnarzt rückschonend arbeiten können, hat damit eine wichtige Funktion zur Vorbeugung von langfristigen gesundheitlichen Beeinträchtigungen.



Abb. 1

▲ Abb. 1: Dr. Silke Spiller ist vom Fußanlasser begeistert.

# DAS PLUS FÜR SIE!

## BEAUTIFIL Flow Plus

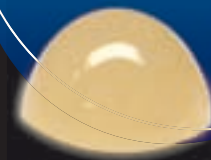
Injizierbares Komposit  
für den Front- und Seitenzahn

- Geeignet für alle Kavitätenklassen
- Übertreffende physikalische Eigenschaften
- Einfache Anwendung und schnelle Politur
- Innovatives Spritzendesign
- Natürliche Ästhetik über wirksamen Chamäleon-Effekt
- Hohe Radiopazität
- Fluoridfreisetzung

**F00**  
Zero Flow



**F03**  
Low Flow





### Unabhängiges Gütesiegel als Entscheidungshilfe

Schwierig also, bei der großen Zahl der Angebote die passende Behandlungseinheit zu finden. Eine Hilfestellung beim Kaufentscheidungsprozess können vielfach unabhängige Prüf- und Gütesiegel geben. Bekannt sind hier vor allem das TÜV-Siegel für technische Sicherheit und die Beurteilungen der Stiftung Warentest. Für rückengerechte Arbeitsgeräte gibt es seit 1995 auch das Siegel der Aktion Gesunder Rücken e.V. (AGR). Der Verein wurde gegründet, um ein Bewusstsein für die Bedeutung von Rückenschmerzen zu schaffen und darüber aufzuklären, wie sich diese im Alltag reduzieren oder ganz verhindern lassen. Das Prädikat „Geprüft & empfohlen“ erhalten dabei nur Produkte, die den strengen Kriterien einer unabhängigen, multidisziplinären Expertenkommission aus Medizinern und Therapeuten gerecht werden.

### Gesundheitsfreundliches Arbeitsumfeld

Das Traditionsunternehmen KaVo setzt schon seit Langem auf Ergonomie: Bereits 1965 wurde mit dem Gerät 1025 ein zahnärztlicher Arbeitsplatz vorgestellt, der erstmals die Behandlung am liegenden Patienten ermöglichte. Mit den Behandlungseinheiten KaVo ESTETICA E70 und E80 wurde in Biberach an der Riß ein neuartiges, rückengerechtes Arbeitskonzept entwickelt, das die Bedürfnisse der Behandler berücksichtigt: Durch das Schwebestuhlkonzept der Einheiten KaVo ESTETICA E70 und E80 steht die langfristige Gesunderhaltung von Zahnarzt und Team im Vordergrund.

Der Zahnarzt kann in einer ergonomischen Behandlungsposition arbeiten. Behandler und Assistenz haben eine wesentlich größere Beinfreiheit als bei klas-

sischen bodenmontierten Einheiten. Ein wichtiger Aspekt und die Grundvoraussetzung für eine stehende Arbeitshaltung ist ein einfach zu bedienender Fußanlasser. Der Multifunktionsfußanlasser bei den KaVo-Behandlungseinheiten ESTETICA E70 und E80 zeichnet sich durch ein Schwenkpedal mit einfacher Rechts-Links-Bewegung aus und ist optional auch in einer kabellosen Variante erhältlich. Im Gegensatz zu den Pedalsystemen der meisten anderen Hersteller sind hier keine anstrengenden Auf-Ab-Bewegungen nötig. Der Zahnarzt kann mit einer natürlichen Fuß- und Beinstellung arbeiten. Das leichte Antippen des Fußanlassers genügt somit, um sämtliche Instrumenten- und Stuhlfunktionen zu steuern, ohne die Muskeln und Sehnen zu belasten. Dies ermöglicht die Bedienung sowohl stehend als auch sitzend und unterstützt damit eine aktive rückenfreundliche Arbeitsweise.

Ein Alleinstellungsmerkmal der KaVo ESTETICA E80 ist die motorische Sitzbankanhebung, die es ermöglicht, den Patienten entspannt zu lagern und bei längeren Behandlungen einfach umzupositionieren. Die Horizontalverschiebung erlaubt dem Behandler den Patienten so zu positionieren, dass er in rüchenschonender Haltung behandeln kann; dies ergibt eine maximale Beinfreiheit für Behandler und Assistenz, und der Kopf des Patienten kann aus der gleichen Position behandelt werden – ob bei der Ober- oder Unterkieferbehandlung. So können sowohl extrem kleine als auch sehr große Patienten bequem in eine für beide Seiten angenehme Behandlungsstellung gebracht werden.

Für eine ergonomische Arbeitsumgebung sorgt der ebenfalls AGR-prämierte Behandlerstuhl KaVo Physio 5007. Die Sitzgelegenheit für Zahnarzt und Assistenz ist hierbei eine ideale Ergänzung für einen rundum rückenfreundlichen Arbeitsplatz. <<

>> **KONTAKT**

**KaVo Dental GmbH**  
 Bismarckring 39  
 88400 Biberach an der Riß  
 Tel.: 0 73 51/5 60  
 E-Mail: info@kavo.com  
 www.kavo.com

### Das sagen Zahnärztinnen und Zahnärzte zu den prämierten Behandlungseinheiten:

*Dr. Ulrike Hüftlein, Ansbach:* „Die Beinfreiheit der KaVo ESTETICA E70 ist eine Wohltat. Ich bin für eine Frau relativ groß und habe jetzt entdeckt, dass ich diese Beinfreiheit alle Jahre vermisst habe, ohne es zu wissen. Jetzt kommt es meiner Körperhaltung und meinem Rücken zugute, dass die Sitzposition weit aus mehr variiert werden kann. Zurzeit arbeitet ein Assistent mit nahezu zwei Meter Körpergröße in unserer Praxis, der jede Gelegenheit nutzt, um an der neuen Einheit zu behandeln, und schwärmt von dem Komfort, den die Einheit bietet. Apropos Komfort: Die Patienten fühlen sich durch die vielfältigen Einstellmöglichkeiten ebenfalls sehr wohl.“

*Dr. Silke Spiller, Ulm:* „Der Funk-Fußanlasser ist als zeitgemäße Weiterentwicklung zu sehen und hat sich in der Praxis bestens bewährt. Er funktioniert einwandfrei und analog zu meinen anderen KaVo-Einheiten; eine Eingewöhnungsphase entfällt. Die Ladevorgänge sind äußerst selten (circa alle drei Monate) durchzuführen. Da der Fußanlasser ständig der Behandlungsposition angepasst werden muss, ist die neue Kabelfreiheit als großer Komfort zu sehen. Dadurch kann er problemlos an jede Stelle versetzt werden, nie ist das Kabel zu kurz oder der Assistenz im Weg.“

*Dr. Michael Weiss, Ulm:* „Die Ergonomie der ESTETICA E80 ist sehr ausgefeilt. Das Schwebestuhlkonzept bietet deutlich mehr Bein- und Bewegungsfreiheit sowie mehr Freiheiten in der Kombination von Behandler und Assistenz. Ein weiterer Vorteil zeigt sich im besseren Handling von Kabeln und Schläuchen.

Die Horizontalverschiebung ist eine wichtige Erweiterung der bisherigen Patientenlagerung, im Bereich der direkten Zusammenarbeit mit der Assistenz. Aber auch im Hinblick auf Freiräume bei der Behandlung aus der 12-Uhr-Position oder dem Zugang zu Schubladen bringt dies Erleichterung. Der Fußanlasser der ESTETICA E80 lässt sich einfach und bequem bedienen.



Die  
Basisversorgung  
aus Glasionomer  
und Komposit!

**EQUIA** von **GC.**



- Kaudruckbelastbar
- Bulk-Filling
- Anerkannt und erprobt

● Interessiert an exklusiven EQUIA-Angeboten?

[www.equia.info](http://www.equia.info)

Zahnmedizin Report 8/2011  
**System EQUIA®**  
sehr gut \*\*\*\*\*  
Gesamtwertung: 5 von 5  
[www.zahnmedizin-report.de](http://www.zahnmedizin-report.de)



**GC**

Für weitere Informationen:  
GC Germany GmbH  
Tel. 0 61 72/9 95 96-0  
Fax 0 61 72/9 95 96-66  
[info@gcgermany.de](mailto:info@gcgermany.de)  
[www.gcgermany.de](http://www.gcgermany.de)