



Dampfen, Vapes oder E-Zigaretten – erste Erkennt- nisse über Tabakalternativen

Innere und Äussere Ergonomie

Zawin: Digitale Touchpoints





Personalsuche ohne Nebenwirkungen

Die Suche nach guten Mitarbeitenden kann nervenaufreibend sein. Gut, gibt's dentalstellen. Das Portal ist die erste Wahl für Zahnarztpraxen, die offene Stellen besetzen möchten. Erstens weil die allermeisten Jobsuchenden bei uns reinschauen, und zweitens weil es so einfach funktioniert.

Schnell finden statt lange suchen: dentalstellen.ch



Editorial

Liebe Leser:innen, liebe Mitglieder

Mein Name ist Céline Estermann-Erni und seit März dieses Jahres darf ich die Kommunikation der Geschäftsstelle des SVDA mitgestalten. In meiner Rolle als Kommunikationsmitarbeiterin bei wamag unterstütze ich den SVDA darin, die wichtigen Anliegen seiner Mitglieder sichtbar zu machen – eine Aufgabe, die mir besonders am Herzen liegt, da Kommunikation für mich immer auch Brücken bauen bedeutet: zwischen Menschen, Ideen und Generationen.

Mit grosser Freude halte ich nun die aktuelle Ausgabe des praemolar in den Händen. Diese Ausgabe greift aktuelle und für Ihren Berufsalltag relevante Fragen auf: Welche Folgen haben Tabakalternativen wie Snus oder Vapes auf die Mundgesundheit? Welche Rolle spielt Ergonomie in Ihrem Berufsalltag und wie unterscheiden sich innere und äussere Ergonomie? Und wie verändert die zunehmende Digitalisierung die Administration in Ihren Praxen? All diese Beiträge zeigen, wie dynamisch und aktuell Ihr Berufsfeld ist.

Ich bin überzeugt: Dentalassistent:innen leisten Tag für Tag einen wertvollen Beitrag, oft im Hintergrund, aber immer mit grosser Wirkung. Umso wichtiger ist es, dass wir diese Arbeit sichtbar machen und stärken. Genau dafür steht der SVDA – und ich freue mich, mit meiner Arbeit einen Teil dazu beitragen zu dürfen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen, beim Entdecken neuer Impulse – und vielleicht auch beim Wiederfinden eigener Erfahrungen in den Beiträgen dieser Ausgabe.

Herzlich

Céline Estermann-Erni

Kommunikationsmitarbeiterin SVDA / wamag

Verband

SVDA Kongress 4

SSO-Kongress: SVDA traf auf AIOT 6

Kiyo – Mundhygiene neu gedacht 7

Fortbildung

Veranstaltungen 8

Wissen

Tabakalternativen – nur weisser Dampf? 10

PR

GABA 17

Curaden 18

Praxis

Innere und Äussere Ergonomie 19

Digitale Touchpoints in der Praxisadministration 22

Wertschätzung im Beruf – zwei Perspektiven 24

Impressum

praemolar 3 / September 2025

Offizielles Organ des Schweizerischen Verbandes der Dentalassistent:innen SVDA

Erscheint vierteljährlich im März, Juni, September und Dezember
Auflage: 1700 Exemplare

Verlag / Abonnemente / Inserate

Schweizerischer Verband der Dentalassistent:innen SVDA
Bahnhofstrasse 7b, 6210 Sursee, 041 926 07 75
info@svda.ch, www.svda.ch

Redaktion / Layout

Bereich Kommunikation
wamag | Walker Management AG
praemolar@svda.ch

Druck

Multicolor Print AG, 6341 Baar

Redaktions- und Inserateschluss

Jeweils am 1. des Vormonats

Jahresabonnement für Nichtmitglieder

Inland: CHF 40.–, Ausland: CHF 50.–
© 2025 Verlag praemolar

Bildnachweis

Wenn nicht anders vermerkt, sind die Bilder auf den nachfolgend aufgeführten Seiten von Adobe Stock. Titelseite: and.one; Seite 11: Andrii, Tanapat; Seite 22: vegefox.com, Syda Productions

Copyright

Die Rechte des Herausgebers und der Autoren bleiben vorbehalten. Eine allfällige Weiterverarbeitung, Wiederveröffentlichung oder Vervielfältigung zu gewerblichen Zwecken ohne vorherige ausdrückliche Zustimmung der Autorenschaft oder des Herausgebers ist nicht gestattet.



Titelbild:
Dampfen, Vapes
oder E-Zigaretten



SVDA-Kon

gemeinsam
einen Schritt
voraus

SVDA-Kongress
2025

Fortbildung
im Fokus
Freitag, 21. November 2025
Hotel Arte, Olten

Jung
Fokus
ovember
otel A

Informationen und Anmeldung
info@svda.ch
www.svda.ch
Telefon 041 926 07 75

Informationen
info@svda.ch
www.svda.ch
Telefon 041 926 07 75

SVDA
Schweizerischer Verband
der Dentalassistentinnen

Instagram Facebook

Schweizerischer Verband
der Dentalassistentinnen

Instagram Facebook

Aussteller SVDA-Kongress 2025

Aktion Zahnfreundlich, apprendo GmbH, Axis Dental Sàrl, B. Braun Medical AG, Berninox SA, BeverFood AG, Curaden, Dentaltraining, Dentsply Sirona Schweiz AG, Dispotech Sagl, Dr. Wild & Co. AG, Dürr Dental Schweiz AG, EGGP, frsh AG, GABA Schweiz, Häubi AG, Kiyo AG, LiebWerk Erbach, MARTIN Engineering AG, Novadent, Onlineplan.net, Procter und Gamble International Operations SA, Schülke & Mayr AG, Schweizerisches Rotes Kreuz SRK, Trisa AG



SVDA-Kongress 2025
Freitag, 21. November 2025
Hotel Arte, Olten

Programm

08.30 Uhr	Türöffnung / Kaffee-Empfang
09.00 Uhr	Begrüssung durch Tania Bezzola, Präsidentin SVDA Grusswort vom SSO durch Dr. med. dent. Christoph Epting, Mitglied Zentralvorstand SSO und Departementsverantwortlicher Praxisteam
09.15 Uhr	Lernende werden Profis – erfolgreiche Ausbildung in der Praxis Dr. Cristian Moro, Verhaltenstrainer
10.00 Uhr	Pause / Besuch der Ausstellung
10.45 Uhr	Speichel-Update und Speichelforschung PD Dr. med. dent. Pune Nina Paqué und Dr. med. dent. Anina Zürcher, Oberärztinnen, Klinik für rekonstruktive Zahnmedizin, Universität Zürich
11.30 Uhr	Fluoride oder gesunde Ernährung – Wie effektiv sind sie in der Prävention oraler Erkrankungen? Prof. Dr. med. dent. Christian Tennert, Oberarzt, Klinik für Zahnerhaltung, Präventiv- und Kinderzahnmedizin Bern
12.15 Uhr	Stehlunch / Besuch der Ausstellung
13.15 Uhr	Das Patientenerlebnis: Grundlagen, die den Unterschied machen Dr. med. dent. Marc El Hage, Leiter Betrieb, Ardentis Kliniken Westschweiz
14.15 Uhr	Der Einfluss der Körperhaltung und Biss zwischen Haltung und Biss Marlène Linder Lovis, Craniofaziale Therapie und Posturologie
15.15 Uhr	Pause / Besuch der Ausstellung
15.50 Uhr	Parodontal-plastische ästhetische Chirurgie Dr. med. dent. Marco Zeltner, Fachzahnarzt für rekonstruktive Zahnmedizin SSO
16.00 Uhr	Verlosung Wettbewerb
17.00 Uhr	Schluss der Tagung

is: Möglicherweise werden Sie auf Fotos und Videos des Anlasses zu erkennen sein. Mit der Anmeldung geben
inverständnis, dass wir diese Bilder allenfalls veröffentlichen dürfen.

Allgemeine Informationen →



Gemeinsam für die Aufwertung des Berufsstands

Am SSO-Kongress im Mai 2025 trafen Berufskolleginnen aus allen Landesteilen aufeinander. Benita Gojnovci, Vize-Präsidentin des AIOT, resümiert den wertvollen Austausch zwischen dem Verband der Dentalassistentinnen des Tessins (AIOT) und dem SVDA.

Benita Gojnovci

Der Verband AIOT – Associazione Assistenti Dentali Ticinesi – wurde mit dem Ziel gegründet, allen in der italienischen Schweiz tätigen Dentalassistent:innen einen Raum für Wachstum, Austausch und Repräsentation zu bieten. Seit 1978 setzt sich der Verband engagiert für die Stärkung des Berufsstandes, die Förderung hochwertiger Fortbildungen und den Aufbau bedeutender Beziehungen zwischen Kolleginnen, Zahnarztpraxen und lokalen Gesundheitseinrichtungen ein.

Der Verband zeigt sich stolz über den eingeschlagenen Weg und die wachsende Beteiligung der Dentalassistent:innen an seinen Aktivitäten, die von einem immer stärkeren Bewusstsein und Engagement für den Berufsstand zeugen. Der AIOT versteht sich als Anlaufstelle für alle, die sich nicht nur weiterbilden, sondern auch aktiv zur Entwicklung und Anerkennung der Rolle von Dentalassistent:innen im zahnärztlichen Team beitragen möchten.

Einer der wichtigsten Momente dieses Jahres war die Teilnahme am SSO-Kongress 2025 in Lugano. Für den AIOT war es eine grosse Freude, an dieser

wichtigen nationalen Veranstaltung teilzunehmen, die Fachleute aus der ganzen Schweiz zusammenbrachte. Die Präsenz der Dentalassistent:innen war sichtbar, spürbar und sehr geschätzt, was bestätigt, wie sehr ihre Rolle ein integraler Bestandteil der Qualität und des Funktionierens der Zahnmedizin ist.

Insbesondere hatten wir Gelegenheit, uns mit dem SVDA auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen, mit denen wir Visionen, Werte und den Wunsch nach Zusammenarbeit teilen. Es war schön, Kolleginnen aus anderen Landesteilen der Schweiz zu treffen, gemeinsame Projekte zu entdecken und einen Dialog aufzubauen, der auf gegenseitiger Wertschätzung und dem Wunsch basiert, gemeinsam für einen immer stärkeren und in allen Sprachregionen der Schweiz anerkannten Berufsstand zu arbeiten.

Wir sind überzeugt, dass genau diese Synergien die Zukunft des Verbandswesens ausmachen: ein offener, dynamischer, interregionaler Raum, in dem sich lokale Erfahrungen gegenseitig bereichern und vereinen, um den Bedürfnissen der Dentalassistent:innen auf nationaler Ebene eine Stimme zu geben.

Wir danken dem SVDA für die Zusammenarbeit und die Bereitschaft zum Dialog. Der AIOT freut sich auf zukünftige Kooperationen, Austausch und Begegnungen. Gemeinsam können wir unserem Berufsstand zu noch mehr Sichtbarkeit, Respekt und Wertschätzung verhelfen.



Kiyo – Zahnpflege neu gedacht, natürlich und aus der Schweiz

Am SVDA-Kongress gehört Kiyo zu den Ausstellenden. Das Start-up aus der Zentralschweiz setzt auf Nachhaltigkeit und produziert unter anderem Zahnputz-Tabs.

Nando Nichele,
Gründer und Mitinhaber von Kiyo



Wie kommt man auf die Idee, Zahnpasta neu zu erfinden? Ganz einfach: Man schaut auf die Rückseite der Tube und fragt sich, was da eigentlich alles drin ist. Genau das haben die Kiyo-Gründer Nando & Jeffrey getan – und festgestellt: Konservierungsmittel, aggressive Tenside, Stabilisatoren, Plastikverpackung und bis zu 40 Prozent Wasser. Muss das wirklich sein? Die Antwort: Nein. Also entwickelten sie Zahnpasta-Tabs – natürlich, ohne Wasser, plastikfrei und in der Schweiz produziert.

Was macht Kiyo besonders?

Die Tabs enthalten nur das, was wirklich nötig ist: Calciumcarbonat für die Reinigung, Xylitol gegen Kariesbakterien, Hydroxyapatit zur Remineralisierung und natürliche Schaumbildner. Wahlweise mit oder ohne Fluorid (Natriumfluorid 1450 ppm). Die Anwendung ist (mindestens) genau so simpel wie bei einer Paste: Ein Tab zerbeißen, putzen, ausspülen und lächeln. Das Ergebnis: ein angenehm sauberes, frisches Gefühl – fast wie nach der professionellen Dentalhygiene. Viele Nutzer berichten, dass sie sich nach wenigen Tagen nicht mehr vorstellen können, zur Tube zurückzukehren.

Unterschied zur normalen Zahnpasta?

- Keine Tube, kein Plastik. Stattdessen ein elegantes Glas mit Nachfüllbeutel aus Papier.
- Kein unnötiges Wasser – also auch keine chemischen Zusätze, die es haltbar machen müssten.

- 100 % vegan, Swiss Made und durch die Stiftung arwo versendet.

Ist die Wirkung vergleichbar?

Die Tabs setzen auf bewährte Wirkstoffe, die auch in klassischer Zahnpflege eingesetzt werden. Eine offizielle Vergleichsstudie liegt nicht vor, doch die Rückmeldungen vieler Zahnärzt:innen und Kund:innen sind durchweg positiv – auch bei Kontrollterminen.

Wie geht's mit Kiyo weiter?

Kiyo bleibt innovativ – und überrascht seine Community gleich mehrfach im Jahr mit limitierten Geschmacksrichtungen. Ob sommerlich-exotisch wie «Gin Tonic», oder wärmend-würzig wie «Ingwer» zur Winterzeit – jede Variante bringt Abwechslung in die tägliche Routine.

Aktuell arbeitet das Schweizer Startup an zwei spannenden Erweiterungen: einer kinderfreundlichen Produktlinie sowie einer besonders sanften Rezeptur für sensible Zähne und empfindliches Zahnfleisch. Auch die bestehenden Produkte – wie etwa die Mundspül-Tabs – werden laufend weiterentwickelt und basieren zunehmend auf dem direkten Feedback aus der Community.

Fazit

Kiyo ist mehr als Zahnpflege – es ist ein Statement. Für Transparenz, Natürlichkeit und Verantwortung. Und es zeigt: Innovation kann auch im Badezimmer beginnen – mit einem kleinen Tab und einer grossen Idee.

Die Mission von Kiyo bleibt: Zahnpflege soll nicht nur nachhaltig und wirksam sein, sondern auch richtig Spass machen!



kiyo-natural.com



Kiyo wird am SVDA-Kongress 2025 am 21.11.2025 im Hotel Arte in Olten ebenfalls vor Ort sein – eine ideale Gelegenheit, die Produkte live kennenzulernen und mit dem Team persönlich ins Gespräch zu kommen.

Veranstaltungen des SVDA

Datum	Veranstaltung / Thema	Ort	Kontakt
30.10.2025 18.30–20.00 Uhr	Webinar: Strahlenschutz heute	online	info@svda.ch
21.11.2025 08.30–17.00 Uhr	SVDA-Kongress 2025	Hotel Arte in Olten	info@svda.ch
09.05.2026	Generalversammlung	Hotel Arte in Olten	info@svda.ch

Stand vom 09.08.2025. Änderungen sind vorbehalten. Aktualisierte Infos auf www.svda.ch

Fortbildungen der ME Medical Education

Datum	Veranstaltung / Thema	Ort	Kontakt
25.10.2025	Dipl. Praxismanager:in ME Start Lehrgang	Tägerhardring 8 5436 Würenlos	056 500 20 77 info@medical-education.ch www.medical-education.ch
28.02.2026	Dipl. Praxismanager:in ME Start Lehrgang	online	056 500 20 77 info@medical-education.ch www.medical-education.ch

Weitere aktuelle Themen siehe www.medical-education.ch

Fortbildungen der Curaden ACADEMY

Datum / Zeit	Veranstaltung / Thema	Ort	Kontakt
21.10.2025 13.00 – 16.30 Uhr	Zahnärztliche Strahlenschutzfortbildung	Curaden AG Grossmatte-Ost 8 6014 Luzern-Littau	041 319 45 88 fortbildungen@curaden.ch curaden-dentaldepot.ch
24.10.2025 14.00 – 17.00 Uhr	iTop Recall	Schulungscenter Curaden Riedstrasse 12 8953 Dietikon	041 319 45 88 fortbildungen@curaden.ch curaden-dentaldepot.ch
24.10.2025 13.00 – 17.00 Uhr	Easy Sharp-Manuelles Schleifen Paro-Instrumente	Schulungscenter Curaden Enggisteinstrasse 77 3076 Worb	041 319 45 88 fortbildungen@curaden.ch curaden-dentaldepot.ch
25.10.2025 09.00 – 17.00 Uhr	iTop Introductory	Curaden AG Grossmatte-Ost 8 6014 Luzern-Littau	041 319 45 88 fortbildungen@curaden.ch curaden-dentaldepot.ch
27.11.2025 13.00 – 16.30 Uhr	Zahnärztliche Strahlenschutzfortbildung	Schulungscenter Curaden Enggisteinstrasse 77 3076 Worb	041 319 45 88 fortbildungen@curaden.ch curaden-dentaldepot.ch

Weitere Fortbildungen: <https://curaden-dentaldepot.ch/academy/> (SVDA-Mitglieder erhalten eine Spezialermässigung von CHF 30.00/Veranstaltung)

Sign
in

**gemeinsam
einen Schritt
voraus**





SCAN
ME

**Trete jetzt der SVDA
Community auf BeUnity bei
und erlebe Zusammenarbeit
und Innovation in Aktion**





SVDA
Schweizerischer Verband
der Zahnärztinnen

OptraGate[®] 2

Entspannte und effiziente
Behandlungen

OptraGate 2 ist ein latexfreier Lippen-Wangen-Halter, der Sie in Ihrem Praxisalltag optimal unterstützt. OptraGate 2 ermöglicht einen grosszügigen Zugang zum Arbeitsfeld und unterstützt eine effektive und unkomplizierte relative Trockenlegung.

Dank des dritten Rings erleben die Patientinnen und Patienten einen verbesserten Tragekomfort und ihnen fällt es leichter, den Mund während längeren Behandlungen offen zu halten.



**JETZT
INFORMIEREN!**

Tabakalternativen – nur weisser Dampf?

Tabakalternativen erfreuen sich in der Schweiz wachsender Beliebtheit. Doch wie wirken sich die Produkte auf die Mundschleimhaut aus? Zwar fehlen bislang Langzeitstudien, doch Tendenzen werden in der Praxis klar festgestellt.

Dr. med. dent. Annika Reich,
Zentrum für Zahnmedizin der Universität Zürich

Tabakalternativen werden seit Jahren immer beliebter – vor allem bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Zu den bekanntesten Alternativen zählen IQOS®, Snus® und Vapes, die in vielfältigen Farben, unterschiedlichen Designs und Geschmacksrichtungen in den Regalen der Kioske und Einzelhandelsketten zu finden sind.

Nun stellt sich die Frage – mit welchen Auswirkungen auf die Mundschleimhaut und wie beantworten wir die Fragen der Patientinnen und Patienten, ob diese Alternativen «weniger schädlich» sind?

Definition

Snus®: Ein rauchfreier, oraler, nikotinhaltinger Tabak, der in Form von kleinen Beuteln in die Umschlagfalte der Mundhöhle gelegt wird (Lee, 2011). Snus in seiner ursprünglichen Form enthält Tabak und ist in der EU (ausser Schweden und Norwegen) verboten. Nikotinbeutel, die fälschlicherweise oft als «Snus» bezeichnet werden (z.B. «Velo») enthalten keinen Tabak, sondern Nikotinsalze.

Vapes: Wird als Sammelbegriff für alle elektrischen Geräte benutzt, die Nikotin, Aromen und Zusatzstoffe verdampfen. Auch nikotinfreie Vapes sind erhältlich (Hernández-Pérez et al., 2023).

IQOS®: Hierbei handelt es sich um eine Zigarettenalternative (IQOS® = «I Quit Ordinary Smoking»), bei dem Tabak erhitzt (Başaran et al., 2019) und nicht, wie bei der klassischen Zigarette, verbrannt wird. Der Dampf soll, laut Hersteller, weniger schädliche Inhaltsstoffe als der Zigarettenrauch erhalten.

Auswirkungen auf die Mundschleimhaut

Die Auswirkungen auf die Mundschleimhaut sind noch weitgehend unklar. Es häufen sich die Fälle in den Praxen, die darauf hindeuten könnten, dass es jedoch einen Effekt auf die Mundschleimhaut geben mag. Eine weissliche, nicht abwischbare Veränderung der Mundschleimhaut, die keiner



Bild 1: Weissliche Veränderung im ersten Quadranten. Hier befindet sich die regelmässige Applikationsstelle der Nikotinbeutel. Im Vergleich dazu das gesunde Vestibulum des zweiten Quadranten.*

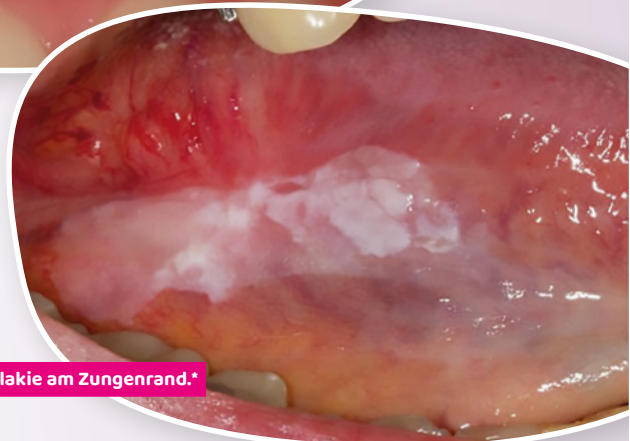


Bild 2: Leukoplakie am Zungenrand.*



Snus®:
Rauchfreier, oraler, nikotinhalter Tabak, der in Form von kleinen Beuteln Umschlagfalte der Mundhöhle gelegt wird.



IQOS®:
Zigarettenalternative (IQOS® = «I Quit Ordinary Smoking»), Tabak wird nicht verbrannt, sondern nur erhitzt.

anderen definierten Erkrankung zugeordnet werden kann, bezeichnet man als Leukoplakie (van der Waal, 2015). Bei Snus äussert sich dieser Effekt häufig durch die sogenannte «smokeless tobacco keratosis» (Bild 1). Diese ist an der Stelle zu erkennen, an der der Nikotinbeutel häufig platziert wird (Németh et al., 2024).

Eine solche Leukoplakie kann, wenn auch mit einer geringen Wahrscheinlichkeit (ca. 6-9%), eine maligne Transformation erfahren [Guan et al, 2023], z.B. in ein Plattenepithelkarzinom (Bild 2).

Eine weitere Veränderung betrifft die Zahnhälse. An der Applikationsstelle kann man oft einen Rückgang der Gingiva beob-

achten (Kopperud et al., 2023). Diese sind oft in der Front ästhetisch beeinträchtigend, anfällig für kariöse Läsionen und können empfindlich reagieren bei kalten oder sauren Speisen.

Das Langzeitrisko von Snus® bzw. Nikotinbeuteln ist noch weitgehend unerforscht. Studien werden in Zukunft zeigen,

Bild 3:
Freiliegende Zahnhälse. Oft an der Applikationsstelle der Nikotinbeutel.*



Bild 5:
Freiliegender Knochen nach Zahnextraktion.*



Bild 4:
Leukoplakie in der rechten Wange (Planum bukkale).*



ob die weissen Läsionen, die bei den Nutzern häufig beobachtet werden, in bösartige Veränderungen transformieren können. Hierzu fehlt zum heutigen Zeitpunkt die Evidenz.

Vapes verdampfen nikotinhalige oder nikotinfreie Flüssigkeit in verschiedenen Geschmacksrichtungen. Diese werden durch verschiedene Aromastoffe generiert. Aromastoffe können eine Xerostomie (Mundtrockenheit) auslösen. Aufgrund des reduzierten Speichelflusses ist die Kariesprävalenz erhöht. Weiterhin wurden Mundwinkelrhagaden (cheilitis angularis), leukoplakieähnliche Läsionen (Bild 4) und Nikotin-Stomatitis beobachtet (Ralho et al., 2019). Nikotinhaliger Dampf kann, ähnlich dem Zigarettenrauch, Wundheilungsstörungen (z.B. nach Zahnextraktion) verursachen (Kennedy et al., 2021) (Bild 5). Bisher am wenigsten erforscht sind die Auswirkungen von IQOS® auf die Mundschleimhaut. Hier gibt es wenige Nutzerberichte aus Foren, jedoch keine klinisch dokumentierten Studien. Die Nutzer:innen berichten über Brennen an Lippen oder Zungenspitze, diese könnten durch den enthaltenen Inhaltsstoff Propylenglykol (PG) ausgelöst werden.

Fazit

Tabakalternativen können nicht als risikofreier Ersatz zur Zigarette angesehen werden. Sie enthalten Nikotin, das stark abhängig macht, egal in welcher Darreichungsform. Bei lokaler Einwirkung des Nikotins auf die Mundschleimhaut (Dampf, Nikotinbeutel) können Veränderungen der Mundschleimhaut entstehen. Diese äussern sich in Pathologien, die eine genaue Diagnostik, Therapie und einen engmaschigen Recall erfordern. Es ist wichtig, dass sich das gesamte Praxisteam mit den Folgen dieser Produkte auf die Mundschleimhaut auskennt und sich stetig fortbildet. Nur dann kann den Patient:innen beratend zur Seite gestanden und die aufkommenden Fragen adäquat beantwortet werden.

Der Konsum von Zigarettenersatzprodukten zeigt seit Jahren einen rasanten Anstieg. Somit ist es wichtig, Veränderungen der Mundschleimhaut frühzeitig erkennen, diagnostizieren und behandeln zu können.

Da diese Produkte noch weitgehend unerforscht sind, müssen aktuelle Entwicklungen verfolgt werden. Es werden noch zahlreiche Studien in Zukunft benötigt,

um die Langzeitfolgen dieser Produkte abschätzen zu können.

Wichtig ist die regelmässige Kontrolle durch zahnmedizinisches Fachpersonal, eine gute Mundhygiene und der Verzicht auf Nikotin.

Zum jetzigen Zeitpunkt kann als beste Alternative zur Zigarette und zum Schutz der Mundgesundheit nur die vollständige Abstinenz von nikotinhaligen Produkten empfohlen werden. Hierzu zählen neben der Zigarette auch Snus®, Vapes und IQOS®.

Zur Autorin:

Dr. Annika Reich studierte Zahnmedizin an der Johannes-Gutenberg-Universität Mainz und absolvierte anschließend die Weiterbildung zur Fachzahnärztin für Oralchirurgie. Sie sammelte umfangreiche praktische Erfahrung in mehreren oralchirurgischen Privatpraxen. Seit 2024 ist sie als Oberärztin an der Poliklinik für Oralchirurgie des Zentrums für Zahnmedizin der Universität Zürich tätig. Ihre klinischen und wissenschaftlichen Schwerpunkte liegen in der chirurgischen Therapie komplexer Fälle sowie in der Aus- und Weiterbildung im Bereich der Oralchirurgie.

Literaturverzeichnis

- ▶ Başaran, R., Güven, N. M., & Eke, B. C. (2019). An overview of IQOS® as a new heat not burn tobacco product and its potential effects on human health and the environment. *Turkish Journal of Pharmaceutical Sciences*, 16(3), 371–374. <https://doi.org/10.4274/tjps.galenos.2018.79095>
- ▶ Guan, J. Y., Luo, Y. H., Lin, Y. Y., Wu, Z. Y., Ye, J. Y., Xie, S. M., & Li, J. (2023). Malignant transformation rate of oral leukoplakia in the past 20 years: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Oral Pathology & Medicine*, 52(8), 691–700. <https://doi.org/10.1111/jop.13440>
- ▶ Hernández Pérez, A., García Gómez, L., Robles Hernández, R., Thirióñ Romero, I., Osio Echánove, J., Rodríguez Llamazares, S., Baler, R., & Pérez Padilla, R. (2023). Addiction to tobacco smoking and vaping. *Revista de Investigación Clínica*, 75(3), 158–168. <https://doi.org/10.24875/RIC.23000117>
- ▶ Kopperud, S. E., Ansteinsson, V., Mdala, I., Becher, R., & Valen, H. (2023). Oral lesions associated with daily use of snus, a moist smokeless tobacco product: A cross-sectional study among Norwegian adolescents. *Acta Odontologica Scandinavica*, 81(6), 473–478. <https://doi.org/10.1080/00016357.2023.2178502>
- ▶ Kennedy, P., Saloky, K., Yadavalli, A., Barlow, E., Aynardi, M., Garner, M., Bible, J., Lewis, G. S., & Dhawan, A. (2021). Nicotine exposure via electronic cigarettes significantly impedes biomechanical healing properties of tendon healing in a rat model. *Arthroscopy*, 37(10), 3170–3176. <https://doi.org/10.1016/j.arthro.2021.03.071>
- ▶ Lee, P. N. (2011). Summary of the epidemiological evidence relating snus to health. *Regulatory Toxicology and Pharmacology*, 59(3), 197–214. <https://doi.org/10.1016/j.yrtph.2010.12.002>
- ▶ Németh, O., Sipos, L., Mátrai, P., Szathmári Mészáros, N., Iványi, D., Simon, F., Kivovics, M., Péntzes, D., Mijiritsky, E. (2024). Snus use in adolescents: A threat to oral health. *Journal of Clinical Medicine*, 13(14), 4235. <https://doi.org/10.3390/jcm13144235>
- ▶ Ralho, A., Coelho, A., Ribeiro, M., Paula, A., Amaro, I., Sousa, J., Marto, C., Ferreira, M., & Carrilho, E. (2019). Effects of electronic cigarettes on oral cavity: A systematic review. *Journal of Evidence-Based Dental Practice*, 19(4), 101318. <https://doi.org/10.1016/j.jebdp.2019.04.002>
- ▶ van der Waal, I. (2015). Oral leukoplakia: The ongoing discussion on definition and terminology. *Medicina Oral, Patología Oral y Cirugía Bucal*, 20(6), e685–e692. <https://doi.org/10.4317/medoral.21007>

*Bildquelle

- ▶ Universität Zürich, Zentrum für Zahnmedizin, Poliklinik für Oralchirurgie.

WILD



SWISS
MADE



**Optimale
Konsistenz und
Haftbarkeit**

EMOFLUOR® *Intensive Care*

Gel zum optimalen Schutz und zur Desensibilisierung von schmerzempfindlichen Zähnen

EMOFLUOR® Intensive Care Gel ist **täglich anwendbar** und empfohlen **zum Schutz und zur Desensibilisierung von schmerzempfindlichen Zähnen** und freiliegenden Zahnhälsen und schützt wirkungsvoll vor dentalen Erosionen (bestes Studien-Resultat beim Schutz vor dentalen Erosionen¹⁾).

Das in EMOFLUOR® Intensive Care Gel enthaltene **stabilisierte Zinnfluorid** verhindert, dass mit empfindlichen Zähnen in Berührung kommende Reize (kalt, heiss, süss, sauer, Berührung) Schmerzen verursachen und beugt wirksam Karies vor.

Dank seiner **optimalen Konsistenz und Haftbarkeit** desensibilisiert und schützt EMOFLUOR® Intensive Care Gel schmerzempfindliche Zähne schnell und wirkungsvoll.

¹⁾Wasser G., Joao-Souza S., Lussi A., Carvalho TS., 2018, **Erosion-protecting effect of oral-care products available on the Swiss market.** Swiss Dental J. SSO, 2018, 128, 290-296.

WILD

Dr. Wild & Co. AG | Hofackerstrasse 8 | 4132 Muttenz | Switzerland | www.wild-pharma.com



SWISS
MADE



WILD



TEBODONT®

Einzigartige Mund- und Zahnpflege mit Teebaumöl / Melaleuca alternifolia

**Zahnpasten, Mundspülungen, Gel und Spray für die
optimale Mund- und Zahnpflege**

Wirksam

- antimikrobiell / fungizid ¹⁾
- entzündungshemmend ^{2,3)}
- kariesprotektiv / plaquehemmend ²⁾

Gut verträglich ^{2,3)}

- keine Verfärbungen
- keine Geschmacksveränderungen

¹⁾ Kulik E., Lenkeit K., Meyer J. Antimikrobielle Wirkung von Teebaumöl (Melaleuca alternifolia) auf orale Mikroorganismen. Acta Med. Dent. Helv. 5, 125-130. ²⁾ Saxer U.P., Stäubli A., Szabo S.H., Menghini G. Wirkung einer Mundspülung mit Teebaumöl auf Plaque und Entzündung. Schweiz. Monatsschr. Zahnmed. 9, 985-990. ³⁾ Soukoulis S. and Hirsch R., The effects of a tea tree oil-containing gel on plaque and chronic gingivitis, Austr. Dent. J., 2004, 49, 78-83.





EMOFORM®

Brush'n Clean / Duofloss / Triofluss

Optimale Lösungen für die tägliche Interdentalreinigung

EMOFORM® Brush'n Clean ist eine metall- und latexfreie Interdentalbürste. Sie passt sich dem Zahnzwischenraum an und schont Zahnfleisch und Zähne. Die hochwertigen Gummibürsten reinigen den Interdentalbereich schonend und ohne das Zahnfleisch zu verletzen. Sie können mehrmals verwendet werden und das enthaltene Natriumfluorid unterstützt die Kariesprophylaxe.

Erhältlich in zwei Größen:

EMOFORM® Brush'n Clean Ø 1.5 - 3,5mm

EMOFORM® Brush'n Clean XL Ø 2.5 - 4,5mm

EMOFORM® Duofloss & Triofluss sind multifunktionale Flosse zur bedürfnisgerechten Reinigung der Zahnzwischenräume, von Implantaten und unter Brücken, Brackets und Spangen. EMOFORM® Duofloss besteht aus der bewährten Einfädelhilfe und dem weichen Flauschfaden in zwei verschiedenen Stärken. EMOFORM® Triofluss besteht aus der bewährten Einfädelhilfe, dem Flauschfaden in zwei verschiedenen Stärken und aus normaler Zahnseide.

Erhältlich in vier Stärken:

EMOFORM® Duofloss Regular, Duofloss Fine

EMOFORM® Triofluss Regular, Triofluss Extrasoft





Optimale Konsistenz und Haftbarkeit



EMOFLUOR® *Intensive Care, Twin Care & Daily Care*

Gel, Zahnpasten und Mundspülung für die Rundumpflege von empfindlichen Zähnen und Zahnhälsen

EMOFLUOR Intensive Care Gel ist für die Intensivpflege von Zahn- und Zahnhälsempfindlichkeit. Das Gel versiegelt die Dentintubuli, schützt vor aggressiven Säuren und stimuliert die Remineralisierung der Zähne. In einer Schweizer Studie zeigte **EMOFLUOR Intensive Care Gel das beste Resultat beim Schutz vor dentalen Erosionen.**¹⁾

EMOFLUOR Twin Care Zahnpaste verbindet das hochwirksame, mineralische Zinnfluorid mit der vVARDIS TECHNOLOGIE.

Die doppelte Schutzschicht beugt Erosionen effektiv vor und desensibilisiert schmerzempfindliche Zähne rasch durch Verschluss der Dentintubuli.

EMOFLUOR Daily Care Zahnpaste und Mundspülung sind für die alltägliche Pflege von empfindlichen Zähnen. Sie schützen empfindliche Zähne und freiliegende und schmerzempfindliche Zahnhälsen, pflegen das Zahnfleisch und beugen Karies vor.

¹⁾Wasser G., Joao-Souza S., Lussi A., Carvalho TS., 2018, Erosion-protecting effect of oral-care products available on the Swiss market. Swiss Dental J. SSO, 2018, 128, 290-296.



Neue Anwendungsergebnisse zu meridol® PARODONT EXPERT System

Die gemeinsame Anwendung der meridol® PARODONT EXPERT Zahnpasta und Mundspülung bringt Patient:innen eine rasche Linderung ihrer Zahnfleischbeschwerden. Das ergibt eine vom Marktforschungsunternehmen Ipsos kürzlich in Deutschland, Österreich und der Schweiz durchgeführte Studie [1]. Für die zweiwöchige Anwendungsstudie wurden 402 Patient:innen mit Zahnfleischirritationen und Zahnfleischbluten oder Zahnfleischbeschwerden rund um Implantate über die behandelnde Zahnarztpraxis rekrutiert. Nahezu alle der Teilnehmenden (96 Prozent) waren zufrieden oder sehr zufrieden mit Zahnpasta und Mundspülung.

«Die neue Anwendungsstudie ergänzt vorausgegangene klinische Studien [2, 3] und zeigt, wie Patient:innen bei der häuslichen Zahnpflege von den aufeinander abgestimmten Formeln der meridol® PARODONT EXPERT Zahnpasta und Mundspülung profitieren können», erklärt Dr. Marie-Christine Hoffmann, Senior Scientific Affairs Managerin bei CP GABA, zuständig für die D-A-CH-Region.

Patient:innen bestätigen rasche Linderung

76 Prozent der Patient:innen mit gelegentlichem Zahnfleischbluten bemerkten innerhalb der ersten Anwendungswoche eine Linderung ihrer Beschwerden, davon 41 Prozent bereits innerhalb weniger Tage. Nach zweiwöchiger Anwendung des meridol® PARODONT EXPERT Systems stellten 90 Prozent der Befragten mit gelegentlichem Zahnfleischbluten und 85 Prozent der Befragten mit Zahnfleischirritationen eine Besserung fest. Auch 88 Prozent der Patient:innen mit Zahnfleischbeschwerden rund um Implantate bemerkten eine Linderung ihrer Beschwerden.

Hohe Patient:innenzufriedenheit

Nahezu alle Patient:innen waren zufrieden mit der zahnärztlichen Empfehlung zur Verwendung des Systems. Das wich-

tigste Merkmal für die Patient:innen bei der Beurteilung war die Wirksamkeit gegen Zahnfleischprobleme. Doch auch der Geschmack sowie das langanhaltende Frischegefühl spielten eine bedeutende Rolle. Es bestand eine hohe Bereitschaft unter den Befragten, die meridol® PARODONT EXPERT Mundspülung zukünftig zugunsten ihrer Zahnfleischgesundheit in ihre tägliche Mundhygiene zu integrieren.

Mundspülung unterstützt Parodontitis-Vorsorge

In der meridol® PARODONT EXPERT Mundspülung wirkt Hyaluronsäure (HA) antientzündlich und bildet Schutzbarrieren gegen Bakterien. Zudem unterstützt HA die antibakterielle Wirkung der Cetylpyridiniumchlorid- und Zink- (CPC + Zn) Technologie [4, 5]. Bei regelmässiger Verwendung der Mundspülung wird Plaque vollkommen entfernt oder kann nur noch minimal festgestellt werden. Sechs Monate regelmässiger Anwendung führten in einer klinischen Studie bei acht von zehn Patient:innen zu gesundem Zahnfleisch (90 Prozent oder mehr Stellen ohne Befund) [3].

In einer In-vitro-Studie konnte jüngst gezeigt werden, dass die Anwendung der Mundspülung zu einer deutlichen Beschleunigung der natürlichen Zahnfleischheilung führt*. Nach 72 Stunden sind Verletzungen im Gingivakeratinozyten-Monolayer zu 100 Prozent verschlossen, unbehandelt beträgt die Wundschliessung zu diesem Zeitpunkt weniger als 50 Prozent [6].

*nach einmaliger Anwendung im Vergleich zu einem unbehandelten Gingivakeratinozyten-Monolayer



Quellen

- [1] Ipsos, Patient Experience Program mit meridol® PARODONT EXPERT Zahnpasta und Mundspülung, 2-wöchiger Produkttest, 402 Teilnehmende aus Deutschland, Österreich, Schweiz, 2024. [2] Montesani L, Montesani L, Mateo LR et al. Clinical investigation of SnF toothpaste in reducing mucositis for implant patients. J Dent Res. 2024; 102 (SI_ #3967079). [3] Montesani L, Montesani L, Mateo LR et al. Clinical investigation of CPC-Zinc-Hyaluronic Acid Mouthwash in reducing implant mucositis. J Dent Res. 2024; 102 (SI_ #3969463). [4] Dahiya D, Kamal, R, N Am J Med Sci. 2013;5(5):309-315; [5] Casale C et al, Int J Immunopathol Pharmacol. 2016;29(4):572-582 [6] Zaman R, Chen D, Tivedi HM. Data on File, 2024.

GABA Schweiz AG
CH-4106 Therwil
Tel.: 0840 00 66 03
CS_CH@gaba.com
www.gaba-events.ch
www.gabaprofessional.ch

THANKSGIVING2025

ALLE DA'S SIND ♥-LICH
EINGELADEN



**Samstag, 29. November 2025,
JED Events Schlieren**

Wir laden Sie herzlich ein zum Curaden Thanksgiving Event 2025 – einem Tag voller Impulse, Begegnungen und Vorteile für Sie und Ihre KollegInnen. In der inspirierenden Location JED Events in Schlieren (ehemaliges NZZ-Druckareal) treffen sich Dentalprofis aus der ganzen Schweiz – zum Austauschen, Lernen, Lachen und Entdecken.

Kulinarische Highlights

Freuen Sie sich auf frische Waffeln mit kreativen Toppings, Trüffelpopcorn, Weine von Breitschmid-Heiniger und weitere Leckereien, die Sie durch den Tag begleiten. Genuss ist garantiert!

Familie? Natürlich!

Als familiengeführtes Unternehmen möchten wir, dass ihre Familie nicht zu kurz kommt: deshalb ist ihre Familie inkl. Partner herzlich willkommen bei uns. Damit Sie sich unbeschwert am Event umsehen können, wird für die Kleinen liebevoll in der Kinderbetreuung gesorgt.

Gemeinsam Gutes tun:

Dental Hero 2025

Dieses Jahr unterstützen wir mit den freiwilligen Beiträgen unseren Dental Hero Chris Hasler, der sich mit Mercy Air für Einsätze in Afrika engagiert. Mercy Air bringt medizinische Hilfe per Flugzeug in schwer erreichbare Regionen Afrikas – direkt, wirkungsvoll und mit viel Herz.

Wir feiern in
einer neuen
Location -
JED Events in
Schlieren!

NETWORKING
MIT DENTALPROFIS

WETTBEWERBE
& GEWINNE



**JETZT REGISTRIEREN
UND VOR ORT PROFITIEREN!**

Der Körper als wertvollstes Instrument

Durch die Arbeit als Dentalassistent:in ist der Körper potenziell einigen Belastungen ausgesetzt, die sich durch Rücken- und Nackenschmerzen oder starken Verspannungen äussern können. Die AlexanderTechnik soll Abhilfe schaffen. Durch die Förderung des Wissens über die eigene Anatomie und das Einüben korrekter Bewegungsabläufe, soll der Körper als wertvollste Ressource im Arbeitsalltag geschont werden.

Serge Clavien, Rosa Luisa Rossi, Cécile Baumann, Beatrice Meyer – AlexanderTechnik Coaches

Haben Sie oder Ihre Teammitglieder während oder nach der Behandlung von Patient:innen Schmerzen in Nacken, Rücken, Schulter oder Hand? Machen Sie sich Gedanken darüber, wie lange Sie Ihren Beruf noch mit Freude ausüben können?

In Ihrer Arbeit als Dentalassistent:in haben Sie zahlreiche Herausforderungen zu meistern. Dazu gehören körperliche Belastungen durch langes Stehen und Sitzen in oft unbequemer Haltung während der Behandlungen wie auch der feinmotorischen Arbeiten, welche eine hohe Präzision erfordern. Ausserdem stellt ein signifikanter Grössenunterschied zwischen Zahnärzt:innen und Dentalassistent:innen eine häufig übersehene Belastung dar. Ist der/die Behandelnde z. B. über 1,90 m gross, senkt er oder sie den Patientenstuhl oft deutlich ab, um im ergonomischen Bereich zu arbeiten. Für die Assistentin oder den Assistenten bedeutet dies eine stark nach vorne geneigte Haltung, Arbeiten ausserhalb des neutralen Greifraums und häufiges Verdrehen des Oberkörpers. Langfristig resultieren daraus Muskel-Skelett-Beschwerden, insbesondere im Bereich der Lendenwirbelsäule, der Schultern und des Nackens.

Viele Behandlungsgeräte sind nicht für extreme Höhenunterschiede ausgelegt: Assistenzarme, Instrumententräger und

Speischalen lassen sich nicht flexibel genug positionieren. Die Folge: ineffizientes Arbeiten, erschwerte Instrumentenübergabe und suboptimale Absaugtechnik. Zusätzlich belasten psychische und emotionale Faktoren wie Multitasking, Zeitdruck und Konfliktsituationen.

Studien zeichnen düsteres Bild

Weltweite Untersuchungen zeigen eine alarmierende Häufigkeit von Muskel-Skelett-Erkrankungen im zahnmedizinischen Berufsfeld, die bei vielen Mitarbeitenden zu einem reduzierten Arbeitspensum, Frührente oder zu einem Berufswechsel führen. Die umfassende Studie von Luca Salomon et al. (Salomon et al., 2024) zeigt die neuesten Zahlen für die Dentalassistent:innen aus der Schweiz. Bei Dentalassistent:innen lag die durchschnittliche Häufigkeit von Nackenschmerzen bei 66,7 Prozent. Rückenschmerzen bzw. Schmerzen im Gesässbereich traten bei 57,6 Prozent auf.

Körperhaltung vor Design

Die ergonomische Forschung und ergonomisches Design haben sich vor allem auf die Arbeitsumgebung von Zahnärzt:innen, Dentalhygieniker:innen und Dentalassistent:innen konzentriert

Suboptimale Haltungen am Patienten können langfristig zu Beschwerden führen.*

Eine koordinierte Kopf-Hals-Wirbelsäule-Verbindung bringt Entlastung.*



– die äussere Ergonomie – und dabei die Bedeutung einer effizienten und gesunden Körperhaltung und Bewegung oft übersehen – die innere Ergonomie.

Wie die zahnmedizinische Fachkraft auf dem Hocker sitzt und sich über den Patientenstuhl beugt, ist entscheidender als das Design von Hocker oder Stuhl. Auch die Haltung der Instrumente hat einen grösseren Einfluss als deren Form oder Gewicht. Ohne die Veränderung ungünstiger Haltungen und Bewegungen im Alltag kehren Beschwerden immer wieder zurück.

Ergonomie neu denken

Um arbeitsbedingten Beschwerden vorzubeugen, braucht es einen ganzheitlichen Blick auf die Ergonomie. Neben der äusseren Ergonomie – der Gestaltung von Arbeitsplatz und Instrumenten – ist die innere Ergonomie zentral. Sie umfasst Körperhaltung, Bewegungskoordination und den bewussten Einsatz biomechanischer Funktionen. Ein achtsamer Umgang mit eigenen Bewegungsmustern hilft, das Muskel-Skelett-System zu entlasten. Entscheidend ist dabei nicht nur die Arbeitsplatzgestaltung, sondern auch das Verständnis für die Funktionsweise des eigenen Körpers.

AlexanderTechnik als Hilfsmittel

Ein Ansatz, um schädliche Bewegungsmuster zu 'verlernen', sein Körperbewusstsein zu stärken und sich gesunde Haltungen anzueignen besteht in den Prinzipien der AlexanderTechnik. Die pädagogische Methode, die in den 1920er-Jahren von Frederick Matthias Alexander entwickelt wurde, soll einen praxisnahen Leitfaden für gesunde Bewegungs- und Haltungsmuster bieten.

Die AlexanderTechnik ist eine sanfte, evidenzbasierte Methode zur Vorbeugung berufsbedingter Muskel- und Skeletterkrankungen. Sie fördert die Körperwahrnehmung, hilft ungünstige Gewohnheiten zu erkennen und durch gesunde, biomechanisch sinnvolle Bewegungsabläufe zu ersetzen. Dieses bewusste Umlernen ist der Schlüssel zu besserem Wohlbefinden und einer langfristig gesunden, erfolgreichen Berufsausübung.

Folgende Aspekte sollen bei dem ganzheitlichen Ansatz zum Zug kommen:

► Körperbewusstsein stärken

Verständnis dafür, wie der eigene Körper aufgebaut ist – insbesondere die Wirbelsäule, Gelenke, Muskulatur und Haltungs- und Bewegungsmuster. Wichtig ist dabei auch zu erkennen, wann und wie der Körper Fehlhaltungen kompensiert (z. B. bei nach vorne geneigtem Sitzen oder verdrehtem Oberkörper) und auf die Körpersignale frühzeitig zu achten, wie Verspannung, Ermüdung oder Schmerz.

► Der ergonomisch sinnvolle Einsatz des Körpers

Kopf, Schultern, Rücken und Becken sollten optimal zusammenspielen, um kraftsparendes Arbeiten zu ermöglichen – dadurch werden gezielte Arm- und Handpositionen innerhalb des natürlichen Greifraums unterstützt.

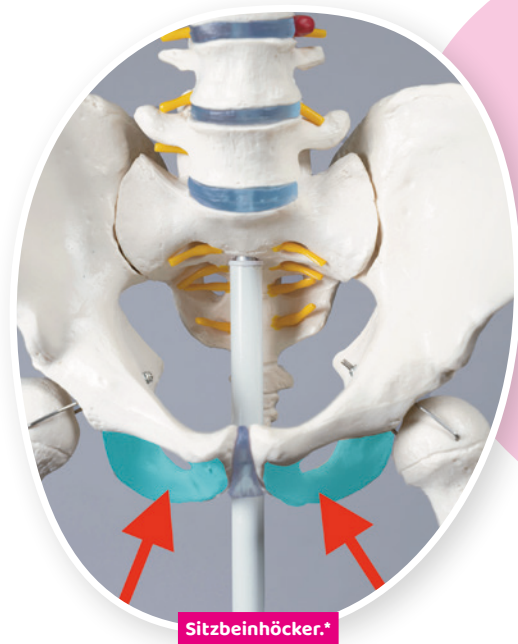
► Bewusstes Sitzen und Positionieren

Wichtig ist, Behandlungsstuhl und Assistenzstuhl so einzustellen, dass sie zur eigenen Körpergrösse passen – mit richtiger Sitzhöhe, Beinhaltung und Rückenstütze (äussere Ergonomie). Ebenso wichtig ist das Verständnis für die Vorteile dynamischen Sitzens – also kleiner, bewusster Positionswechsel –, um Muskelermüdung vorzubeugen (innere Ergonomie).

► Präventives Denken

Dies bedeutet, Haltungsgewohnheiten zu reflektieren, ungünstige Bewegungsmuster bewusst wahrzunehmen und sie gezielt durch gesunde Alternativen zu ersetzen. Als Beispiel dient die Wirbelsäule: Wenn Sie wissen, dass alle Zwischenwirbelgelenke am Hals unterhalb von C2 (knapp unter dem Ohr) Gleitgelenke sind, die nicht für längeres Beugen ausgelegt sind, sollten Sie Arbeitshaltungen vermeiden, bei denen Sie sich nach vorne neigen

und zur Seite lehnen. Die Bandscheiben werden beim Beugen und Verdrehen der Wirbelsäule verformt, was zu kumulativen Traumata der Strukturen und einem hohen Risiko für die Entwicklung eines Schmerzsyndroms führen kann. Ein weiteres Beispiel betrifft die Sitzposition. Das Becken bildet die Grundlage für eine gesunde Sitzhaltung im Praxisalltag.



Besonders wichtig sind dabei die Sitzbeinhöcker – zwei knöcherne Punkte, die beim Sitzen als stabile Gleichgewichtsbasis dienen. Wer auf ihnen sitzt, richtet das Becken automatisch auf – und damit auch die Wirbelsäule. Das entlastet den Rücken und beugt Verspannungen vor. Ein bewusstes Sitzen auf den Sitzbeinhöckern unterstützt eine gesunde Haltung über den gesamten Arbeitstag und kann Beschwerden im Nacken- und Rückenbereich vorbeugen.

Aktive Ruhe: Regeneration für Körper und Geist

Ein weiteres Hilfsmittel der AlexanderTechnik ist die «Aktive Ruhe» – eine ein-



fache, aber wirkungsvolle Rückenlage zur Entlastung der Wirbelsäule. Sie hilft, Fehlhaltungen zu korrigieren, das neuromuskuläre System neu auszurichten und die Auswirkungen dauerhafter Belastung zu reduzieren.

Schon 15–20 Minuten täglich – besonders in der Mittagspause oder am Feierabend – fördern Entspannung, lindern Verspannungen und verbessern die Körperwahrnehmung. Bei akuten Beschwerden empfehlen sich mehrere kurze Einheiten pro Tag.

Eine ausführliche Anleitung und eine kostenfreie Audiodatei finden Sie unter optimumdentalposture.ch/aktives_ruhen.

***Bildquelle: Optimum Dental Posture**

Zu den Autoren:

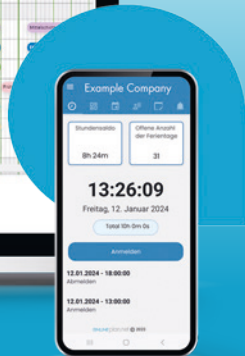
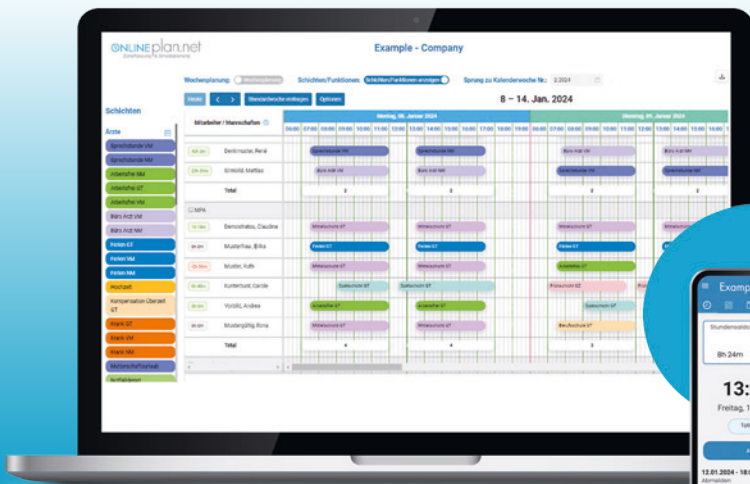
v. I. Rosa Luisa Rossi, Cécile Baumann, Beatrice Meyer und Serge Clavien sind Expert:innen für Körperhaltung und Bewegung AlexanderTechnik und zertifizierte Optimum Dental Posture Switzerland Trainer:innen. Optimum Dental Posture hat sich darauf spezialisiert, Fachkräfte in der Zahnmedizin durch gezielte Haltungsanalysen, Schulungen der äusseren und inneren Ergonomie und individuelle Trainingskonzepte dabei zu unterstützen, ihre Arbeitshaltung nachhaltig zu verbessern, Schmerzen zu reduzieren und ihre berufliche Gesundheit langfristig zu sichern.

www.optimumdentalposture.ch



ONLINEplan.net
Zeiterfassung & Einsatzplanung

DIE SMARTE LÖSUNG FÜR EINSATZPLANUNG UND ZEITERFASSUNG



JEDERZEIT ONLINE
www.onlineplan.net

Digitale Touchpoints in der Praxis- administration

Gute Touchpoints mit Ihren Patienten sind entscheidend für eine starke Patientenbeziehung – sie sind gewissermassen die «Verpackung» Ihrer Behandlung. Digitale Touchpoints unterstützen Sie im Praxisalltag und bieten Ihren Patienten mehr Flexibilität – vom ersten Termin bis zur Bezahlung der Rechnung. Mit den richtigen Tools bleibt Ihnen mehr Zeit für die echten Begegnungen mit Ihren Patienten.

Thomas Fessler, Produktmanager ZaWin

Der erste Touchpoint ist das Telefon. Dank der Anruferkennung ist sofort zu erkennen, wer anruft – der richtige Patient wird automatisch im ZaWin geöffnet. Ein weiterer Zugang zu Ihrer Praxis ist die Online-Agenda: Sowohl Neu- als auch Bestandspatienten können selbstständig Zeit und Behandler wählen. Nach Eingang des Termins können Sie einen Anamnesefragebogen per E-Mail oder SMS zusenden. Anschliessend wer-

den die korrekten Adressdaten und der Gesundheitsfragebogen mit allen relevanten Hinweisen (Caves) im Patientendossier hinterlegt.

Onlinebuchung von Terminen und Recall

Für bestehende Patienten gibt es den «Lückenfüller»: Basierend auf einer Warteliste von Patienten, die dringend vor einem bestimmten Datum zur Kontrolle möchten, können Sie kurzfristig frei gewordene Termine einfach markieren. Sie wählen eine Patientin oder einen Patienten aus der Warteliste aus und versenden eine Termininvitation per SMS, die mit «OK» bestätigt werden kann. Die Lücke wird so umgehend durch den bestätigten Termin gefüllt.

Ein ähnlicher Ansatz gilt für die Recall-Onlinebuchung: Anstatt einen Brief zu versenden, erhalten Patientinnen und Patienten einen SMS-Link für die Recall-Invitation. Sie können dann selbst Tag und Uhrzeit für ihren Wunschtermin wählen. Der gewünschte Termin wird direkt in die Agenda und das Recall-System übernommen.

Vom Dokumentenmanagement bis zur Rechnung

Wenn Sie Ihr Handy in das Praxis-WLAN einbinden, können Sie einfach Fotos in akzeptabler Qualität aufnehmen und automatisch beim geöffneten Patienten ablegen. So lassen sich Portraits und extraorale Bilder erstellen. Das Portrait, als Patientenfoto gekennzeichnet, hilft Ihnen, Patienten beim Betreten der Praxis oder im Wartezimmer zu erkennen.

Für die gesamte Korrespondenz zwischen Ihnen, Ihren Patientinnen und Patienten sowie Zahnarztkollegen gibt es verschiedene DSGVO-konforme Lösungen – von SecureMail, SecurePrint bis HIN – für jede Situation die passende Option. Mit SecureMail können Sie Rechnungen versenden, die der Patient innerhalb eines von Ihnen definierten Zeitraums einsehen muss. Geschieht dies nicht, wird die Rechnung automatisch ausgedruckt und per Post versendet. SecurePrint kann auch für Mahnungen und Recall eingesetzt werden – so sparen Sie Zeit und Portokosten. Was nach der Behandlung bleibt, ist oft das, was am meisten schmerzt: die Rechnung. Warum nicht den Betrag direkt ans EC-Terminal übergeben oder – noch besser – die Rechnung via eine E-Bill an die Patientinnen und Patienten senden? Die Zahlung kann dann mit wenigen Mausklicks erledigt werden.





Sie möchten mehr wissen?

Mit den oben genannten Tools schaffen Sie wertvolle Berührungspunkte mit Ihren Patienten. Ihre Kunden gewinnen an Flexibilität und Sie profitieren ganz nebenbei von einer erheblichen Zeitersparnis.

Vermissen Sie eine dieser Funktionen in Ihrer Praxisadministration oder in Ihrem ZaWin? Martin Engineering berät Sie gerne persönlich über ihren Support und Verkauf – oder Sie melden sich online zu einer Schulung auf www.zawin.ch in der ZaCademy an.



Im Gedenken:

Thomas Fessler war von 1998 bis 2025 Leiter Support und Mitglied der Geschäftsleitung der Martin Engineering AG. In dieser Funktion hatte er zu allen Kundenanliegen- und Wünschen einen direkten und oft auch sehr persönlichen Zugang. Mit diesem enormen Fachwissen hat er im Frühjahr die neu geschaffene Funktion des Produktmanagers ZaWin übernommen.

In tiefster Trauer nehmen wir Abschied von Thomas Fessler, der am 11. August 2025 völlig unerwartet und viel zu früh von uns gegangen ist. Das Team der Martin Engineering verliert einen grossartigen Menschen und Freund, der eine grosse Lücke hinterlässt – menschlich und fachlich.



Wertschätzung im Beruf

Dentalassistentin Giulia Buonamano

Fragen an die Dentalassistentin:

1. Welche Rolle spielt das Arbeitsklima für Ihre Zufriedenheit und Ihr Gefühl, geschätzt zu werden?

Das Arbeitsklima wird als sehr wichtig für die Zufriedenheit empfunden. Es beeinflusst massgeblich die Motivation, die Freude an der Arbeit und das Gefühl, wertgeschätzt zu werden. Ein positives, familiäres Team, gute Stimmung und gegenseitiger Zusammenhalt tragen dazu bei, dass sich die Mitarbeitenden wohlfühlen und gerne zur Arbeit kommen. Unsere beiden Geschäftsführer setzen sich aktiv für ein harmonisches Miteinander im Team ein. Sie organisieren regelmässig Teambuildingmassnahmen wie Teamausflüge, gemeinsame Mittagessen und fördern einen offenen Austausch. Damit schaffen sie eine positive Arbeitsatmosphäre, in der sich alle wohlfühlen und gemeinsam wachsen können. Denn wenn das Arbeitsklima nicht stimmt, kann dies die Motivation und die Freude an der Arbeit beeinträchtigen.

2. Welche Art von Wertschätzung motiviert Sie am meisten?

Die am meisten motivierende Form der Wertschätzung umfasst die individuelle Förderung jeder einzelnen Mitarbeiterin in ihren Stärken, durch verschiedene Positionen, finanzielle Anerkennung und persönliches Feedback. Diese Elemente tragen dazu bei, die Motivation zu steigern und das Gefühl der Wertschätzung zu verstärken.

3. Wie zufrieden sind Sie mit der Wertschätzung, die Sie von Ihrem Arbeitgeber erhalten, und welche Bedeutung hat diese für Sie?

In der Assistenz werden wir häufig gelobt und die Dankbarkeit wird regelmässig zum Ausdruck gebracht. Unsere Chefs sind

vorbildlich darin, Danke und Bitte zu sagen sowie Anerkennung zu zeigen. Insgesamt ist die Lobkultur sehr ausgeprägt und trägt zu einem positiven und motivierenden Arbeitsumfeld bei.

4. Wie oft erleben Sie Anerkennung oder Lob für Ihre Arbeit, und in welcher Form geschieht dies?

Für unsere täglichen Arbeiten erhalten wir regelmässig Lob und Anerkennung. Die Anerkennung für das Team zeigt sich durch Ausflüge, die zweimal im Jahr stattfinden – einmal im Winter und einmal im Herbst. Ausserdem wird eine fünfte Ferienwoche inklusive langer Weihnachtsferien gewährt, sowie wie regelmässige interne Weiterbildungen und bezahlte individuelle Weiterbildungen.

5. Fühlen Sie sich ausreichend in Entscheidungsprozesse eingebunden?

Wir können uns in fast allen Bereichen einbringen und Ideen sowie Inputs vorlegen, die angehört und auch umgesetzt werden.

6. Wie unterstützt Ihr Arbeitgeber Ihre berufliche Weiterentwicklung und Motivation?

Durch individuelle Förderung jeder einzelnen Mitarbeiterin werden unsere Stärken erkannt und weiter ausgebaut. Es wird versucht, uns in den Bereichen zu unterstützen, in denen wir Verantwortung übernehmen. Ausserdem können wir jederzeit im QWiki einen Schulungsantrag stellen.

7. Wie empfinden Sie die Transparenz in der Kommunikation und bei den Erwartungen Ihres Arbeitgebers?

Da wir viele Teilzeitarbeitende sind, gibt es in der Praxis verschiedene Wege, um Informationen zu teilen – je nach Dringlichkeitsstufe:



Giulia Buonamano, seit 2020 in dieser Praxis im 100%-Pensum tätig.

1. Über das QWiki, z.B. durch Protokolle
2. Über WhatsApp-Chats, einen für alltägliche Dinge wie Ferienfotos und einen für dringende Angelegenheiten, wobei in diesem Chat keine Diskussionen geführt werden.
3. Durch den direkten Austausch, z.B. beim Mittagessen, bei dem man ebenfalls vieles erfährt.

Zusammenfassung

Das Arbeitsklima ist für die Zufriedenheit und Motivation der Mitarbeitenden sehr wichtig. Ein positives, familiäres Team, offene Kommunikation und regelmässige Teambuildingmassnahmen fördern ein angenehmes Arbeitsumfeld. Wertschätzung zeigt sich durch persönliche Förderung, Anerkennung, Lob und attraktive Benefits wie Ausflüge und zusätzliche Ferien. Mitarbeitende können sich in verschiedenen Bereichen einbringen und ihre Ideen einbringen, die auch umgesetzt werden. Die Kommunikation erfolgt über verschiedene Kanäle, um Transparenz zu gewährleisten. Insgesamt trägt diese positive Unternehmenskultur dazu bei, dass sich alle wohlfühlen und gemeinsam wachsen können.

– zwei Perspektiven

Praxisinhaber Thomas Müller

Fragen an den Praxisinhaber:

1. Welche Massnahmen ergreifen Sie, um Ihre Mitarbeitenden regelmässig zu loben, ihre Leistungen anzuerkennen und ein Zugehörigkeitsgefühl im Team zu fördern?

Lob und Anerkennung gehören für mich zur täglichen Führung. Wir legen grossen Wert darauf, Leistungen nicht nur zu fordern, sondern sie auch wahrzunehmen – und das aktiv zu kommunizieren. Dabei braucht es beides: das spontane, ehrliche Lob im Alltag, genauso wie die formellen Gespräche, in denen wir bewusst auf individuelle Stärken eingehen. Ein besonders starker Moment ist jeweils unser Winterstaff-Meeting zu Jahresbeginn, in dem wir als Team auf das Geleistete zurückblicken und unsere gemeinsamen Werte ins Zentrum stellen. Dieses Treffen stärkt das Wir-Gefühl und motiviert uns alle, gemeinsam weiterzugehen. Für uns ist es selbstverständlich, dass jede:r Mitarbeitende ein wichtiger Teil des Ganzen ist – und das zeigen wir. Ich vergleiche unser Team oft mit einer Fussballmannschaft: Es braucht nicht nur die Goalgetter, sondern auch Torhüter:innen, Verteidiger:innen und Spielmacher:innen. Jede Rolle trägt zum Erfolg bei – und gewinnen kann man nur gemeinsam als Mannschaft.

2. Wie wichtig ist Ihnen Feedback von Mitarbeitenden, und wie häufig erleben Sie selbst Anerkennung für Ihre Arbeit?

Feedback ist für mich kein einseitiger Prozess – ich verstehe es als Dialog. In unseren Mitarbeitergesprächen, aber auch im Alltag, ermutige ich mein Team, offen Rückmeldung zu geben – auch zu meinem Führungsstil. Manchmal erfahre ich Anerkennung direkt, etwa in einem Dankeschön nach einem fordernden Tag, im Teamgespräch, nach einem gemeinsamen Teamevent oder durch einen wertschätzenden

Kommentar auf unserer Zusammenarbeitplattform Q.wiki. Noch mehr aber zeigt sich diese Anerkennung in der Treue unserer Mitarbeitenden – viele sind seit über zehn Jahren bei uns. Das erfüllt mich mit grossem Stolz. Es zeigt, dass wir als Führungspersonen nicht nur fachlich, sondern auch menschlich etwas richtig machen.

3. Welche Massnahmen ergreifen Sie, um Vertrauen, Zusammenhalt und eine offene Kommunikation im Team zu stärken?

Vertrauen wächst nicht von selbst – es braucht Raum, Zeit und vor allem Ehrlichkeit. Deshalb ist für uns Transparenz kein Schlagwort, sondern gelebte Praxis. Über Q.wiki stellen wir sämtliche relevanten Informationen zugänglich dar, Entscheidungen werden nachvollziehbar dokumentiert, und jede:r kann sich einbringen. Gleichzeitig pflegen wir bewusst eine flache Hierarchie und einen respektvollen, offenen Umgang miteinander. Ich schätze besonders die Gespräche «zwischen Tür und Angel», in denen wir oft mehr über Bedürfnisse, Stimmungen oder Herausforderungen erfahren als in jedem Protokoll. Dieses feine Gespür füreinander macht unsere Zusammenarbeit aus. Zudem pflegen wir den gemeinsamen Mittagstisch und geniessen zweimal jährlich einen gemeinsamen Teamausflug – Gelegenheiten, bei denen sich unsere Teamkultur auch ausserhalb des Praxisalltags weiter entfalten kann, ähnlich wie ein Sportteam beim Trainingslager oder bei einem Auswärtsspiel.

4. Wie schaffen Sie ein Arbeitsumfeld, das sowohl berufliche als auch persönliche Unterstützung für Ihre Mitarbeitenden bietet?

Für uns beginnt Unterstützung beim Zuhören. Wir nehmen uns Zeit, um herauszu-



Thomas Müller,
Mitinhaber der Praxis Müller &
Weidmann, Schaffhausen seit 1999,
27 Angestellte davon 12 DAs.

finden, was unsere Mitarbeitenden brauchen – sei es für die fachliche Entwicklung oder in herausfordernden persönlichen Lebenssituationen. Weiterbildung wird aktiv gefördert, Wünsche dürfen formuliert werden und wir helfen, sie umzusetzen – zeitlich wie finanziell. Aber genauso wichtig ist mir das Zwischenmenschliche: flexible Arbeitszeitmodelle, freie Tage über Weihnachten, ein Raum für persönliche Gespräche. Ich möchte, dass sich jede:r bei uns nicht nur beruflich entfalten kann, sondern sich auch menschlich gesehen und getragen fühlt. Und für jene, die den Freitag gemeinsam ausklingen lassen möchten, hat sich unser TGIF-Apéro (Thank God It's Friday) als fester Bestandteil der Teamkultur etabliert – ein lockerer Wochenausklang, der Austausch, Lachen und den informellen Zusammenhalt im Team fördert.

5. Wie erkennen und fördern Sie die individuellen Stärken Ihrer Mitarbeitenden, um die Teamleistung zu optimieren und Potenziale auszuschöpfen?

Das beginnt für mich mit dem genauen Hinschauen. In Gesprächen, aber auch im Alltag beobachte ich, wo jemand aufblüht, was jemandem leichtfällt oder wo besonders viel Engagement spürbar ist. Diese

Stärken benennen wir im Mitarbeitergespräch und wenn möglich, binden wir sie in neue Rollen oder Aufgaben ein. Ich finde es ungemein befriedigend, wenn jemand durch eine neue Verantwortung über sich hinauswächst – sei es in der internen Ausbildung, in der Betreuung neuer Mitarbeitender, der Pflege unseres Web-Auftritts oder bei fachlichen Schwerpunkten. Unser Qwiki gibt Raum, eigene Ideen einzubringen – und wer Eigeninitiative zeigt, dem schenken wir gerne Vertrauen.

6. Wie unterstützen Sie die Work-Life-Balance Ihrer Mitarbeitenden und wie berücksichtigen Sie ihre persönlichen Bedürfnisse?

Unsere Mitarbeitenden sind keine Ressourcen – sie sind Menschen mit Leben, Familie, Interessen, mit Herausforderungen und Energiezyklen. Das versuchen wir zu respektieren, indem wir auf individuelle Bedürfnisse Rücksicht nehmen: bei der Ferienplanung, bei familiären Verpflichtungen oder in Belastungssituati-

onen. Besonders am Herzen liegt uns der Wiedereinstieg nach einer Mutterschaft – wir unterstützen diesen Prozess aktiv und ermöglichen individuelle Teilzeitmodelle. Auch wenn dies die Planung mitunter komplexer macht, so ist es für uns Ausdruck echter Wertschätzung und gelebter Vereinbarkeit. Unser System zur Personaleinsatzplanung erlaubt dabei eine faire und vorausschauende Verteilung. Zudem nehmen wir uns als Inhaber die Freiheit, eine zusätzliche Ferienwoche für jedes Teammitglied einzusetzen, wenn es die Teamleistung des Jahres erlaubt – ein kleines Zeichen der Wertschätzung, das grosse Wirkung zeigt. Work-Life-Balance ist bei uns kein Modethema, sondern Teil der Kultur.

7. Was tun Sie als Führungskraft, um ein Vorbild für Wertschätzung und Zusammenarbeit im Team zu sein?

Ich versuche, das vorzuleben, was ich mir vom Team wünsche: Respekt, Klarheit, Interesse am Gegenüber – und auch die

Bereitschaft, Fehler einzugestehen. Mein Führungsstil ist dialogisch: Ich frage nach, ich höre zu, ich lade ein. Gleichzeitig bin ich mir bewusst, dass Entscheidungen getroffen werden müssen – aber sie sollen nachvollziehbar sein. Ich arbeite gern operativ mit, bin greifbar, und teile auch meine eigenen Herausforderungen. Diese Offenheit schafft Nähe – und aus dieser Nähe wächst Vertrauen. Mein Anspruch ist es, nicht nur funktional zu führen, sondern als Mensch präsent zu sein.

Schlussendlich ist bei uns die Teamführung eine gemeinsame Aufgabe zwischen meiner Praxismanagerin und mir. Wir ergänzen uns in unseren Rollen und bringen dabei unterschiedliche Perspektiven ein.



Mit 50 Franken schenken Sie einem Menschen das Augenlicht

Spenden Sie Zahngold und Schmuck an:

Schweizerisches Rotes Kreuz
Augenlicht schenken
Rainmattstrasse 10
3001 Bern

Mehr erfahren



Schweizerisches Rotes Kreuz 



IHR SCHRITT
IN DIE ZUKUNFT

PRAXISORIENTIERTE WEITERBILDUNGEN AN DER SZDA

-  **Praxisadministrator:in SSO**
-  **Prophylaxeassistent:in SSO**
-  **Berufsbildner:in**

Alle Informationen und Anmeldemöglichkeiten finden Sie auf www.szda.ch. Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme!



Schule Zürich für Dentalassistent:innen
Schaffhauserstrasse 104 · 8152 Glattbrugg
044 363 04 17 · info@szda.ch · www.szda.ch

SZDA
Schule Zürich für
Dentalassistent:innen



 **Geeignet zur Implantatpflege**



Stärken Sie die Widerstandskraft des Zahnfleisches

Hilft, die Widerstandskraft des Zahnfleisches gegen Parodontitis und Zahnfleischrückgang zu stärken

**28x stärkere
Plaquereduktion²**

9 von 10 Patient:innen bestätigen weniger Zahnfleischbluten*²

meridol® PARODONT EXPERT ist die Zahnfleischpflege mit System für Patient:innen, die zu Parodontitis und Rezession neigen

1 meridol® PARODONT EXPERT Mundspülung, im Vergleich zu einer herkömmlichen Mundspülung (200 ppm F-, NaF), nach 6 Monaten mit 2x täglicher Anwendung, Montesani, Juni 2022, data on file. 2 Ipsos | meridol® PARODONT EXPERT Patient Experience Programm (2024) mit 64 Patient:innen, unabhängig rekrutiert von Zahnärzt:innen in der Schweiz. Subjektive Bewertung der Patient:innen nach 2 wöchiger Anwendung (2x täglich) von meridol® PARODONT EXPERT Zahnpasta und Mundspülung.

* im Vergleich zu vor der Anwendung. (Erklärung: gemessen über gelegentliches Bluten, das als Blutspuren im Schaum nach dem Zähneputzen sichtbar wird.)



**Scannen um mehr zu erfahren
oder gehen Sie auf**
<https://shop.colgateprofessional.ch/>

meridol®

**PROFESSIONAL
— ORAL HEALTH —**

Für mein schönstes Lachen

Pro Interdental



- Professionelle Reinigung – auch in den Zahnzwischenräumen
- Befreit die Zahnoberfläche von Plaque
- Sanft zu Zähnen und Zahnfleisch
- Entwickelt und hergestellt in der Schweiz



Finest Swiss Oral Care 

Trisa[®]
OF SWITZERLAND