



Zahnmediziner*innen sollten wissen, wie man ein Burnout frühzeitig erkennt!

Zahnmediziner*innen mit Dysstress haben eine geringere Lebensqualität und ein erhöhtes Burnout-Risiko. Nachdem die Burnout-Rate von Ärzt*innen in US-Studien regelmäßig die 50% Marke überschreitet, wird mittlerweile auch im Bereich der Zahnmedizin intensiv geforscht. Mit 7,4-84% in England, Lettland und den USA sind bisher sehr inhomogene Ergebnisse veröffentlicht worden. Alter, Geschlecht, Persönlichkeitsstruktur und Arbeitszeiten wurden als Stressfaktoren beschrieben. Die FDI, in der unsere Bundeszahnärztekammer maßgeblich vertreten ist, hat dies während der COVID-19-Pandemie erkannt und erstmalig ein Policy Statement auf Ihrer Jahrestagung in Sydney 2023 durch die Generalversammlung verabschiedet¹. Die Förderung der mentalen Gesundheit im Zahnmedizin-Studium in Form der Vermittlung einer psychosomatischen Grundkompetenz zur Förderung der oralen Gesundheit der Bevölkerung und eigenen Resilienzstärkung wird damit erstmalig von der FDI eingefordert. Auch am späteren zahnmedizinischen Arbeitsplatz ist die kontinuierliche Schulung zur Bedeutung und Förderung der seelischen Gesundheit von großer Bedeutung für alle Gesundheitssysteme. Depressionen, Burnout und Suizide in der Zahnmedizin sollen durch psychische Gesundheit vermieden werden. Hierzu müssen gesundheitspolitische Rahmenbedingungen sowohl an der Universität in der Lehre als auch in der Praxis und Klinik etabliert werden.

Seit 1996 wird der Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey mit 22 Fragen als Goldstandard-Untersuchungsbogen für die Burnout-Verdachtsdiagnosestellung eingesetzt. Zumeist wird der MBI kombiniert mit weiteren Stress-, Depressions- und Lebensqualitätsfragebögen. Die Datenerhebung und Auswertung sind aufwendig.

Der Well-Being Index (WBI) – ein Fragebogen mit 9 Items - erfasst relativ einfach innerhalb von ca. 5 Minuten das Wohlbefinden². Dieser wurde nun in einer aktuellen englischen Studie an 597 angestellten Zahnärzt*innen und Dentalhygieniker*innen einer Zahnarztpraxiskette angewandt³. WBI-Werte >3 dokumentierten Distress, waren mit geringerer Lebensqualität und Erschöpfungszuständen verbunden und hatten zur Folge, dass die betroffenen Zahnärzt*innen z.B. unerwünschte Arzneimittelwirkungen nicht meldeten, ihnen aktuell Behandlungsfehler unterliefen (20,8% in den letzten 3 Monaten) und auch ihren Beruf /Arbeit in der Praxis in den nächsten 24 Monaten aufgeben wollten oder Suizidgedanken hatten (1:17). Gerade der häufigere Arbeitsplatzwechsel stellt heute viele Praxen und Kliniken vor betriebliche Kapazitätsprobleme, die wieder zu Disstress bei den verbleibenden Mitarbeiter*innen führen können.

Und was macht der AKPP in der DGZMK für seine Mitglieder: Unsere **kommende Jahrestagung am 25./26.10.2024 an der Universität Witten-Herdecke** steht unter dem Thema „Burnout“ in der Zahnmedizin. Prof. Dr. Peter Jöhren präsentiert mit renommierten Referent*innen aus der Medizin, Psychologie und Zahnmedizin aktuelle deutsche zahnmedizinische Studienergebnisse zu verschiedenen Burnout-Aspekten vor: „Ursachen erkennen, richtig behandeln, sinnvoll vorbeugen“. Die beiden zusätzlich buchbaren Workshops am Freitag und Samstag widmen sich in besonderem Maße dem Eigenschutz und der Vorbeugung.

Anmelden und nach Witten zur AKPP-Jahrestagung kommen lohnt sich!

¹ FDI Policy Statement: Mental health and well-being for oral health professionals and dental students. *International Dental Journal* 74(2024)159 – 160;

² Dyrbye, LN, Meyers D, Ripp J, Dalal N, Bird SB, and Sen S. A pragmatic approach for organizations to measure health care professional well-being. *NAM Perspectives. Discussion Paper, National Academy of Medicine, Washington 2018, 8, DC*;

³ Subha Giri et al. Distress and well-being in dentists: performance of a screening tool for assessment *BDJ Open* (2024) 10:3 ; <https://doi.org/10.1038/s41405-024-00185-9>