



Das war den zahnärztlichen Mitteilungen am 16.08.2024 einen Artikel aus dem AKPP wert:

Burn-out Gefährdung ist messbar: 32% der deutschen Zahnärzt:Innen leiden an Erschöpfung, fehlendem Antrieb und Schlaflosigkeit

Ein schleichender Prozess der Erschöpfung, eine geistige Distanz zur eigenen beruflichen Tätigkeit sowie eine reduzierte professionelle Leistungsfähigkeit definieren nach der WHO (2019) das Burn-out-Syndrom. Der hierfür als Untersuchungsbasis dienende Maslach-Burnout-Inventory-Fragebogen (Maslach & Jackson 1981) ist den Absolventen des Curriculum Psychosomatische Grundkompetenz für Zahnmediziner schon seit seiner Adaptation auf die Berufsgruppe der Zahnmediziner:Innen im Jahre 1996 bekannt. Dieser wurde auch in der aktuellen Studie von Prof. Hans-Peter Jöhren genutzt und stellte für Deutschland eine Burn-out-Gefährdung bei 32% der Zahnärzt:Innen und eine Burn-out-Prävalenz von 13% fest. Damit hat sich zwischen 2012 und 2022 leider keine Verbesserung der Gesamtbelastungssituation und der Work-Life Balance in dieser Berufsgruppe in Deutschland ergeben. Die COVID-Pandemie mit mehr Zeit für Verwaltung und Organisation durch weniger Patiententermine ergab keine Verbesserung.

Die FDI als Weltzahnärzterverband fordert daher 2024 Zahnärzte und Zahnärztinnen auf, professionelle Hilfe rechtzeitig in Anspruch zu nehmen. In größeren Kliniken wurde im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements z.B. gemeinsame Yoga (zweimal wöchentlich 15 min; Guerra et al. 2022) zur Stressreduktion eingeführt. Aber welche Angebote gibt es in deutschen Praxen? Ist das empfohlene den Geist anregende lebenslängliche Lernen, der kollegiale wertschätzende Austausch bei Kongressen, die eigene Selbstbelohnung und ein fröhliches Miteinander in der Praxis als Coping-Strategie ausreichend. Oder sind Entspannungsübungen, Balintgruppen, Supervisionen für Zahnärzt:Innen eine Burn-Out-Präventionsidee, um die Versorgungsqualität in Deutschland sicher zu stellen. Keine Zeit bei der Arbeit, kein Geld durch die Arbeit, kein Spaß mit den Mitarbeitern und kein Vertrauen in die Patient:Innen verhindern eine präventive Ausrichtung der Zahnmedizin durch immer weniger behandelnde Zahnärzt:Innen.

Unsere kommende Jahrestagung des AKPP in der DGZMK am 25./26.10.2024 an der Universität Witten-Herdecke steht unter dem nach wie vor hoch aktuellem Thema „Burn-out“ in der Zahnmedizin.

Ist Burn-out - ein zahnmedizinisches Berufsrisiko? Was unterscheidet Alltagsstauglichkeit und Depression? Wie erkenne ich als Zahnarzt Burn-out?

Wie schafft man akademische Resilienz im Studium der Zahnmedizin? Wie schaffe ich Achtsamkeit und betreibe positives Mental Health Training?

Prof. Dr. Peter Jöhren präsentiert mit den hervorragenden Referent:Innen aus der Medizin, Psychologie und Zahnmedizin aktuelle deutsche zahnmedizinische Studienergebnisse zu verschiedenen Burn-out-Aspekten: „Ursachen erkennen, richtig behandeln, sinnvoll vorbeugen“. Gerade dem Eigenschutz und der Vorbeugung widmen sich die beiden zusätzlich buchbaren Workshops am Freitag und Samstag.

Anmelden und nach Witten zur AKPP-Jahrestagung kommen lohnt sich für uns selbst und unsere zahnärztlichen Mitarbeiter:Innen!