



Right Path

Von schwarzen Löchern, Pech und Pannen – wie peinlich!

Die peinliche Anekdote einer Patientin: «Der Zahnarzt sagte absaugen zu seiner Assistentin. Ich hörte nur saugen. Also sog ich an seinem Finger, der in meinem Mund war. Er hat es mit Humor genommen. Das ist 20 Jahre her, aber ich will immer noch sterben, wenn ich mich daran erinnere.»

Es gibt diese unvergesslichen unangenehmen Momente im Leben, in denen man im Boden versinken könnte oder auf schwarze Löcher hofft, die einen verschlucken. Die Momente, die einen heiss durchfluten, der Mund trocken wird, die uns ins Schwitzen bringen oder in die Schamröte treiben, in denen man sich am liebsten in Luft auflösen möchte. Es sind die unbehaglichen Situationen, in denen ich ins Fettnäpfchen getreten bin und mich am liebsten unsichtbar machen würde. Wir alle kennen das.

Wie der Zahnarzt, der auf seine Patientin trifft. Die Dame konsultiert ihn in der Praxis, adrett

gekleidet wie immer. Als frischgebackener Vater und somit Kenner der Schwangeren-Szene begrüsst er seine Patientin äusserst erfreut mit vielsagendem Blick auf ihr Bäuchlein mit: „Na, wann ist es denn soweit?“, worauf ihn die Frau irritiert anschaut und nachfragt, was er denn wohl meine. Zum Glück hat er sich wenigstens die Gratulation zur nicht existenten Schwangerschaft verkniffen.

Das Unheil war geschehen, er konnte nicht mehr zurück, und das schwarze Loch im Boden hat sich auch nicht geöffnet. So blieb ihm nur noch das Prinzip Hoffnung, dass ihm seine Patientin den Fauxpas gnädig verzeihen möge.

Peinliche Erinnerungen

Es gibt auch die weniger spektakulären Momente, in denen die Praxisassistentin am Telefon mit Herrn Meier spricht, um danach festzustellen, dass es sich dabei um Frau Meier mit tiefer Stimme gehandelt hat. Solche Situationen

hallen oft lange nach. Der betroffene Zahnarzt wird wohl nie wieder eine Frau auf einen möglichen Familienzuwachs ansprechen.

Wie kann man mit solchen Erlebnissen umgehen, ohne dass sie einen zu sehr aufreiben und die peinliche Erinnerung daran schlaflose Nächte beschert?

Panne mit Humor nehmen

Viele Menschen neigen dazu, die Situation möglichst schnell zu vergessen oder zu verdrängen, was allerdings meistens schlecht gelingt. Dann lieber totschweigen, denn ich will mir nicht wieder eine Blösse geben. Wenn ich es jedoch schaffe, mit einem humorvollen Blick ohne Selbstverurteilung auf die Situation zu schauen und diese mit anderen zu teilen, so kann ich mich damit entlasten und das Unbehagen verschwindet. Am schönsten ist es dann, wenn man gemeinsam darüber lachen kann.

So wie ich heute noch darüber la-

che, wenn ich an die peinliche Situation meiner Freundin anlässlich eines Kundenevents denke. In Begleitung ihres Mannes wartete sie vor dem schummrigen Eingang in der Menschenmenge auf Einlass. Sie legte beim Anstehen ihren Arm um die Taille ihres Begleiters und drückte ihren Liebsten eng an sich. Da drehte sich abrupt und überrascht ein wildfremder Mann zu ihr um und schaute sie sehr irritiert an. Sie hatte dummerweise den Falschen erwischt, ihr Ehepartner stand im Gedränge hinter ihr!

Das schwarze Loch eröffnete sich ihr zum Glück in Form der Einlass gewährenden Eingangstüre, sie würde diesen Mann nie wiedersehen. Fehlanzeige. Der peinliche

Zufall wollte es, dass sie sich als Tischnachbarn wieder begegneten. Flucht ausgeschlossen. Also blieb nur die Offensive: Storytelling. Der ganze Tisch lachte Tränen über die Geschichte, meine Freundin inklusive. Die Spannung konnte sich entladen.

Fazit: Peinlichkeiten gehören zum Leben. Aber sie wandeln sich von Belastung zu Entlastung, sobald man über sie spricht. Wann erzählen Sie Ihre Geschichte?

Ich wünsche Ihnen, dass Sie sich nicht in schwarze Löcher verkriechen, sondern Pannen mit Humor dekorieren und sich so entspannt den Löchern in den Zähnen widmen können. Humor ist bekanntlich, wenn man trotzdem lacht!

Kontakt



BB SELFMANAGEMENT
Barbara Brezovar

BB SELFMANAGEMENT
Barbara Brezovar Capobianco
CH-9512 Rossrüti (Wil SG)

Tel. +41 79 633 98 75
info@bb-selfmanagement.ch
www.bb-selfmanagement.ch

Schutz vor Karies

Mit Duraphat® Zahnpaste gegen erhöhtes Kariesrisiko bei älteren Menschen

Die Alterszahnmedizin rückt immer mehr in den Fokus der Prophylaxe-ExpertInnen. Das ist unter anderem auch durch den demografischen Wandel bedingt. Gerade bei Menschen, die nicht mehr mobil sind, wird ein wachsender Bedarf an professioneller Betreuung und Behandlung zum Erhalt der Mundgesundheit festgestellt. Inzwischen gibt es mobile Services, die in Pflegeheimen unterwegs sind, um eine regelmässige Alterszahnpflege zu ermöglichen.

Ältere Menschen sind einem höheren Kariesrisiko ausgesetzt: Im Alter nimmt die Speichelproduktion im Mund ab, was die Remineralisierung der Zähne beeinträchtigen kann.

Kariesrisiko durch verminderte Speichelproduktion

Säure, die von Kariesbakterien produziert wird, wird zudem weniger verdünnt. Darüber hinaus nehmen viele ältere Menschen Medikamente ein, die als Nebenwirkung eine Reduzierung der Speichelproduktion mit sich bringen. Neben dem erhöhten Karies-

risiko können mit Mundtrockenheit aber auch andere Probleme einhergehen wie etwa abgebrochene Zähne, Schmerzen und überempfindliche Schleimhäute, was wiederum die Nahrungsaufnahme beeinträchtigt.

Kariesprophylaxe mit hochdosiertem Fluorid

ExpertInnen empfehlen daher Duraphat® Zahnpaste mit hochdosiertem Fluorid (5'000 ppm aus Natriumfluorid), die den Zähnen einen Schutz vor Karies verleiht. Der Klassiker ist für viele in der Alterszahn-

medizin tätige DentalhygienikerInnen nicht mehr wegzudenken. Für die tägliche Mundpflege sowie zur Pflege trockener Schleimhäute wird eine Zahnbürste mit weichen Borsten empfohlen.

Die Marken elmex® und meridol® sind auf diesem Gebiet gut vertreten. Ergänzt wird die Mundpflege insbesondere bei Pflegebedürftigen durch die Zungenpflege, z. B. mit dem meridol® Zungenreiniger mit sanften Lamellen. Im Vordergrund sollten immer die richtige Anwendung und der gute Umgang mit den Produkten stehen. Nur dann ist eine nachhaltige Mundhygiene möglich.

Alterszahnmedizin – nicht erst im hohen Alter

Laut DentalhygienikerInnen beginnen die alterstypischen Probleme im Mund zwischen dem 75. und 80. Lebensjahr. Allerdings sollte die Alterszahnmedizin ihrer Meinung nach wesentlich früher ansetzen, nämlich zwischen dem 50. und 60. Lebensjahr, wenn die Pa-

Aktuelle Webinare und Fortbildungs-Events von GABA Schweiz

Virtuelle Fortbildungen

- 24.06.2021 Mundgesundheitsrundum und Colgate Total
- 06.07.2021 Gingivitis, Parodontitis und das Konzept SSP2021 plus
- 31.08.2021 Kinderzahnpflege
- 07.09.2021 Halitosis, Verfärbungen

Präsenz-Fortbildungen

- 25.08.2021 5 Jahre Oral Care & Cocktails in Luzern
- 23.09.2021 5 Jahre Oral Care & Cocktails in Lugano

Weitere Kurse, Informationen und Anmeldung unter www.gaba-events.ch

tientInnen noch in der Lage sind, eine zahnärztliche Praxis zu besuchen.

In dieser Lebensphase wird häufig Zahnersatz in Form von Implantaten oder Brücken eingesetzt, der mit fortschreitendem Alter nur schwer zu reinigen ist. Dies verursacht weitere Probleme für die Mundgesundheit.

Daher empfehlen ExpertInnen, die eingeschränkte Mobilität im Alter mit zu berücksichtigen, wenn es an die Implantatplanung geht, und, wenn möglich, auf schwer zu pflegende Konstruktionen zu verzichten.

Darüber hinaus sollten PatientInnen über die Problematik der Langzeitpflege bei künstlichem

Zahnersatz vom Fachpersonal aufgeklärt werden.

Duraphat® Fluorid 5 mg/g Zahnpaste ist ein zugelassenes Arzneimittel. Fach- und Patienteninformationen finden Sie unter www.swissmedinfo.ch.

www.colgateprofessional.ch
www.gaba-events.ch

Kontakt:

GABA Schweiz AG
CH-4106 Therwil
Tel. +41 61 415 60 60
info@gaba.ch

Duraphat® Fluorid 5mg/g Zahnpaste verleiht Zähnen einen Schutz vor Karies.
© GABA

