

STADTLUFT

Körperliche Aktivität-- Wer regelmäßig spazieren geht, joggt oder mit dem Rad fährt, sollte stark befahrene Straßen meiden. Londoner Wissenschaftler fanden heraus, dass dann bereits geringgradige körperliche Aktivität die positive Wirkung der Bewegung auf Atemwege und Symptome von Herz-Kreislauf-Erkrankungen zunichtemacht. Dies gilt vor allem für Menschen, die bereits mit einer Herz- oder Lungenerkrankung vorbelastet sind.

Quelle: Ärzte Zeitung



© Poirtra / Getty Images / iStock

HEPATITIS B

Infektionsquellen-- Hepatitis-B-Viren (HBV) verbreiten sich perinatal und über Körperflüssigkeiten. Sie lauern aber auch auf Fingernägeln und Nagelscheren. Wie stark diese kontaminiert sind, untersuchten türkische Forscher von der Universität in Adapazari. Und fanden heraus, dass dies stark von der HBV- Serumkonzentration abhängt. Werte über 107 IU/ml gingen rechnerisch mit einer knapp 72-prozentigen Wahrscheinlichkeit für HBV-positive Nägel einher. Über Mikroverletzungen der Haut oder durch Kratzen könnten die Viren von den Nägeln, aber auch über Scheren und andere Hygieneartikel (z. B. Zahnbürste, Rasierer) ins Blut Gesunder gelangen. Infizierte sollten diese daher nicht mit anderen teilen.

Quelle: Ärzte Zeitung



© animalflora / stock.adobe.com

ZUCKER

Lebensmittel-- Wie viel Zucker steckt in Orangensaft, Cola, Pizza, Joghurt, Müsliriegel oder Ketchup? Das sollten Eltern von sechs bis zwölf Jahre alten Kindern schätzen. Die Ergebnisse setzten die Wissenschaftler des Max-Planck-Instituts für Bildungsforschung und der Universität Mannheim in Zusammenhang mit dem Body Mass Index der Kinder. Ergebnis: Gut drei Viertel der Eltern unterschätzen den Zuckergehalt von Lebensmitteln massiv. Dies ist ein potenzieller Risikofaktor für Übergewicht. So hatten die Eltern, die den Zuckergehalt unterschätzten, auch häufiger übergewichtige Kinder.



© Mykola Sosiukin / Getty Images / iStock



© lechamoir / Getty Images / iStock

WORK-LIFE-BALANCE

Wochenendarbeit-- Arbeiten in der Freizeit kann, anders als allgemein angenommen, unter bestimmten Umständen sogar förderlich für die Erholung sein. Nämlich dann, wenn Berufstätige zu Beginn des Wochenendes noch besonders viele, unerledigte Aufgaben vor sich herschieben. Das fand ein Psychologenteam von der Universität Rostock im Rahmen einer dreimonatigen Tagebuchstudie mit 83 Berufstätigen heraus. Konnten die Probanden einige der Arbeiten oder gar alle über das Wochenende erledigen, erholten sie sich besser und konnten besser Abschalten als diejenigen, die gar nichts taten. Fazit: „Wer auf seine Work-Life-Balance achten, aber dennoch am Wochenende arbeiten möchte, tut gut daran, Aufgaben abzuschließen, sich also in einer produktiven Weise mit der Arbeit zu befassen. Gelingt dies, kann man die verbleibende Freizeit umso mehr genießen“.

Quelle: IDW

TRAINING

Gegen das Kratzen-- Nach einem Habit-Reversal-Training können auch (Vor-)Schulkinder mit Neurodermitis den unangenehmen Kratzdrang besser kontrollieren. Ergänzend zu einer lokalen Steroidtherapie besserten sich damit in einer Studie die Hautsymptome deutlich. Trainiert wurde folgendes Verhalten: Wenn das Kind zum Kratzen ansetzte, wurde es angehalten, die Hand 30 Sekunden lang zur Faust zu ballen. Danach durfte es den Finger auf die juckende Stelle pressen oder sich selbst leicht zwicken, bis der Juckreiz nachließ. Die Eltern sollten das neue Verhalten mehrmals am Tag mit den Kindern trainieren und bei Erfolg mit Lob bestärken. Zudem sollten sie die Kinder mit Spielangeboten ablenken. Nach einer dreiwöchigen Behandlungsphase hatte sich das Ekzem in der Interventionsgruppe deutlich stärker gebessert als bei den Kontrollen.

Quelle: Ärzte Zeitung



© angelacolac / Getty Images / iStock

NAMENSCHILDER FÜR DEN PERFEKTEN ERSTEN EINDRUCK



Smart-Line

Farbiger Rahmen mit auswechselbarem Inhalt.

Contur-Line

Hochwertiges Namensschild aus Plexiglas in Zahnform gelasert mit einsteckbarem Schild.

Profi-Line

Robuste und langlebige Qualität. Individuell hergestellt und bedruckt in Ihrem Design.

TIPP

MIT EXTRA STARKEM
MAGNET-
VERSCHLUSS



BEYCODENT

Tel. 02744/920010
www.beycodent.de

www.zahnfinder.de ---

Die Stellenbörse für das Zahnmedizinische Fachpersonal und Zahnärzte. Auf www.zahnfinder.de finden Sie die richtige Zahnarztpraxis, den richtigen Arbeitgeber oder Ihr optimales Arbeitsumfeld. Die Website sowie App (bald erhältlich für iOS und Android) bieten eine breite Auswahl an potentiellen Arbeitgebern in Ihrer Umgebung und moderne Zahnarztpraxen mit einem freundlichen Betriebsklima. Außerdem finden Sie auf der Seite Chancen auf lukrative (Neben-)Verdienste und erhalten Möglichkeiten für neue berufliche und persönliche Erfahrungen. Die Anmeldung ist kostenlos und unverbindlich und beinhaltet viele individuelle Vorgaben nach denen Sie suchen können oder unter welchen Sie gefunden werden.

40

Mio.-- Parodontitisfälle weltweit sind auf das Rauchen zurückzuführen.

BITTERGURKE

Prädiabetes-- Ein Bittergurke-Extrakt kann den Nüchternblutglukosewert bei Menschen mit Prädiabetes deutlich senken. Diesen Nachweis erbrachten Wissenschaftler der Justus-Liebig-Universität Gießen. Dabei fiel der Effekt umso größer

aus, je höher der Ausgangswert war. Daher vermuten die Forscher, dass Diabetiker noch stärker als Prädiabetiker von dem Extrakt der Bittergurke (*Momordica charantia*) profitieren könnten. Voruntersuchungen der Gießener zeigten, dass nicht ein einzelner Wirkstoff, sondern mehrere Komponenten für den Effekt der Bittergurke verantwortlich sind.

Quelle: IDW

MORGENS MÜSLI

Gegen Arthritis-- Eine ballaststoffreiche Kost kann den Verlauf chronisch-entzündlicher Gelenkerkrankungen positiv beeinflussen, stellten Wissenschaftler aus Nürnberg fest. Diese verändert das Darmmikrobiom so, dass vermehrt kurzkettige Fettsäuren wie Propionat gebildet werden, die entzündungshemmend und positiv auf die Knochenfestigkeit wirken. Für konkrete Empfehlungen fehlen Daten. Die Forscher raten jedoch dazu, morgens Müsli und täglich Obst und Gemüse zu verzehren.

10

kg-- Schokolade pro Kopf konsumieren die Deutschen im Jahr und liegen damit europaweit auf dem ersten Platz.



© Teen00000 / Getty Images / iStock

JYMMIN

Schmerzen-- Beim Jymmin, einem Mix aus Sport (Gym) und freiem musikalischen Improvisieren (Jammin), werden Sportler zu Komponisten, die Sportgeräte zu ihren Instrumenten: Je nachdem wie stark die Bewegung ist, kommen unterschiedliche Töne hervor. Wer so trainiert, schüttet verstärkt Endorphine aus und hebt die Schmerzschwelle. Das haben Forscher des Max-Planck-Instituts für Kognitions- und Neurowissenschaften in Leipzig nachgewiesen, die diese Fitnessmethode entwickelten. Wie sie mitteilten, konnten Studienteilnehmer in einem Schmerztest bereits nach zehn Minuten Training auf den Jymmin-Geräten durchschnittlich zehn Prozent, einige gar bis zu 50 Prozent, mehr Schmerz ertragen.

<http://rokito.de/ref/jymmin>



© www.dbs.mpg.de/Jymmin-Mix-Sport-und-Musik-weniger-Schmerzen

Mut zur Lücke. TePe: Gut zur Lücke.



Nr. 1
in Deutschland
meistgekaufte
Interdental-
bürste



TePe EasyPick™

Ideal für unterwegs und zwischendurch

TePe Interdentalbürsten

Für die tägliche gründliche Reinigung

Mit **TePe** haben Ihre Patienten gut lachen.

Effektiv, schonend und mit Zahnärzten entwickelt: Die qualitativ hochwertigen Interdentalprodukte von TePe sind die optimale Lösung für die tägliche Pflege der Zahnzwischenräume. Das Ergebnis: Eine bessere Mund- und Allgemeingesundheit – und rundum zufriedene Patienten.

tepe.com/gutzurlueckepro

PLURADENT SYMPOSIUM 2018 – DENTALE ZUKUNFT

Zum dritten Mal lud Pluradent zum Symposium ein, um wegweisende Impulse aus der Wissenschaft und Praxis zu geben. Unter dem Motto „Dentale Zukunft – Wissen. Erfolgreich. Anwenden“ wurde den Teilnehmern in interessanten Vorträgen zu Themen aus den Bereichen Dentale Zukunft gestalten, Personal entwickeln und Unternehmerisch wachsen vermittelt. WIR war dabei! Im Tagungshotel Lufthansa Seeheim lässt es sich in angenehmer und gehobener Atmosphäre tagen – das weiß Pluradent zu

nutzen und präsentierte anspruchsvolle und spannende Referate zur dentalen Zukunft, ohne dabei den Menschen aus dem Blick zu verlieren. Dabei blieb es nicht nur bei theoretischen Vorträgen, sondern es wurde auch immer gleich die Brücke in die Praxis geschlagen. Durch das Angebot, aus über 20 zusätzlichen mySymposium-Vorträgen zu wählen, konnte sich jeder nach seinen Schwerpunkten das Programm zusammenstellen.

Quelle: Pluradent Symposium 2018, Seeheim, 20./21. April



INVISALIGN® BEHANDLUNGS- UND TRAININGSZENTRUM IN DEUTSCHLAND ERÖFFNET

Align Technology hat am 4. Mai sein erstes europäisches Invisalign Behandlungsplanungszentrum in Köln eröffnet. Das Kölner Zentrum ist eines von drei Invisalign® Behandlungsplanungszentren weltweit und ist als Trainingszentrum für ärztliche Invisalign® Anwender im deutschsprachigen Markt konzipiert. Das Zentrum bietet klinische Weiterbildung und deutschsprachigen Support für Kieferorthopäden und Zahnärzte in Deutschland, Österreich, der Schweiz und Liechtenstein an.

Die Eröffnungsfeier in Köln war allein schon wegen des strahlend blauen Himmels eine Reise wert. Bei einer Feier exklusiv für die Presse konnte man die Räume des hochmodernen und beeindruckenden Zentrums besichtigen. Schwerpunkt dabei war der tiefgehende Einblick in den Planungs- und Behandlungsablauf mit den Invisalign® Alignern. Im Mittelpunkt der Zentrumsarbeit steht dabei die Zusammenarbeit mit den zahnärztlichen Kollegen, um Planung und Umsetzung eng ineinander greifen zu lassen. Das umfasst nicht nur den Support für Kieferorthopäden und Zahnärzte, sondern auch Angebote zur klinischen Weiterbildung.

Quelle: Align Technology's Grant Treat Eröffnung, Köln, 4. Mai



GENIUS EXCELLENCE CLUB

Der Genius Excellence Club von Oral-B ist eine europaweite Initiative zur Verbesserung der Mundgesundheit, die es sich zum Ziel gesetzt hat, gut ausgebildetes Fachpersonal noch besser zu machen. Am 2. Mai war die Deutschland-Premiere in Berlin, und neun weitere Termine bis Ende Juni folgten. WIR war für Sie in Heidelberg mit dabei.

Das Heidelberger Treffen stand ganz im Thema der Prophylaxe und wurde dominiert von der Frage „Welches Weiß wünschen Sie?“ In einem interaktiven Vortrag versuchte DH Ulrike Wiedenmann zusammen mit den 30 Teilnehmerinnen eine Antwort auf diese Frage zu finden. Der erste Teil ihres Vortrages thematisierte

die unterschiedlichen Arten der Prophylaxe-Sitzungen und alles was dazu gehört; begleitet von zahlreichen Praxis-Beispielen der Referentin. In der anschließenden Workshop-Phase erörterten die Teilnehmerinnen an Hand von verschiedenen Fragestellungen, welche Aspekte bei der therapeutischen Prophylaxe wichtig sind und wie sie von den Patienten abhängen. Zum Abschluss stellten Mitarbeiterinnen von Procter & Gamble die Oral-B App vor, die mit dem passenden Handstück das Zahnputz-Verhalten unterstützen und verbessern soll.

Quelle: Genius Excellence Club, gefördert von Oral-B, Heidelberg, 06.06.2018



© Springer Medizin

+++Hauptgewinne+++ Jahresgewinnspiel 2018+++ Hauptgewinne +++ Jahresgewinnspiel 2018 +++ Hauptgewinne +++ Jahresgewinnspiel 2018 +++

FORTBILDEN UND GEWINNEN

Auf www.wirpunkten.de können Sie sich fortbilden und mit etwas Glück am Jahresende einen von drei tollen Erlebnis-Preisen gewinnen.

Nachdem WIR letztes Jahr eine KitchenAid verlost hat, warten dieses Jahr gleich drei tolle Erlebnis-Preise auf Sie: Ein Fotoshooting zu zweit – mit einer Freundin, Ihrem Partner, Kind oder Haustier; eine Make-up-Party für Sie und fünf weitere Personen oder ein Parfüm-Workshop.

Jahresgewinne 2018

- Fotoshooting zu zweit
- Eine Make-up-Party für 6 Personen
- Parfüm-Workshop

JOCHEN SCHWEIZER



© rmiro / iStock



© Ridofranz / iStock



© looby / iStock

Wie können Sie mitmachen? Ganz einfach!



1. Zuerst ein Benutzerkonto unter www.wir-in-der-praxis.de/register anlegen – sofern Sie nicht bereits registriert sind.
2. Auf www.wirpunkten.de Fortbildungsartikel lesen, Fragen beantworten, bestehen und Zertifikat herunterladen.
3. Mindestens sechs Fortbildungen im Jahr 2018 bestehen.
4. Im Dezember 2018 der Teilnahme an der Verlosung der Hauptpreise 2018 zustimmen!

Tipp: Je mehr Fortbildungen Sie bestehen, desto größer sind Ihre Gewinnchancen. Wieso? Für jede bestandene Fortbildung wird Ihr Name in den Lostopf geworfen und am Jahresanfang 2019 die glücklichen Gewinner ausgelost.

Beispiel: Sie bestehen die maximale Anzahl der diesjährigen Fortbildungen (20) und sind daher 20 Mal im Lostopf. Bestehen Sie nur eine Fortbildung, taucht Ihr Name nur einmal auf.

Aber Achtung! Sie haben pro Fortbildung nur einen Versuch zum Bestehen. Eine Wiederholung ist nicht möglich. Für die Verlosung werden nur Fortbildungen, die 2018 absolviert wurden, berücksichtigt.