



### Kontakt

Verband Deutscher Dentalhygieniker  
Dorfstraße 6, 85567 Grafing  
info@verband-deutscher-dentalhygieniker.de  
www.verband-deutscher-dentalhygieniker.de

### Möchten Sie Mitglied im VDDH werden?

Den Mitgliedsantrag finden Sie unter  
[www.verband-deutscher-dentalhygieniker.de/vddh/mitgliedschaft](http://www.verband-deutscher-dentalhygieniker.de/vddh/mitgliedschaft)



© Marco Gottwald, Münster, www.mgfoto-ms.de

VDDH-Vorstand v. r. n. l.: Madeleine Knarr, Waltraud Krause, Celina Gaar, Birgit Hühn, Mariette Luise Altrogge, Jurgita Pflaum, Juliane Petring

## 5. Jahrestagung des Verbands Deutscher Dentalhygieniker im Seminarzentrum der eazf

Sommerliche VDDH-Jahrestagung im Zeichen der Ernährungszahnmedizin und Resilienz

**Berufsverband.** Der VDDH hat seinen Vorstand neu gewählt. Das Ereignis verknüpfte der Verband mit einem Kongress und einer Industrieausstellung in München. Der diesjährige Verbandstag stand unter dem Motto: *Gemeinsam stark für die Mundgesundheit: Ernährungszahnmedizin und „Schatzkiste Resilienz“.*

Im Rahmen der 5. Jahrestagung des VDDH in München ließen sich die zahlreichen Teilnehmer:innen über den Einfluss der Ernährung auf die Mundgesundheit und Widerstandsfähigkeit im Alltag informieren. Prof. Dr. Johan Wölber und Frau Sonja Hüls

vermittelten ganz unkompliziert, unterhaltsam und gleichzeitig spannend ihr Wissen. In einer Podiumsdiskussion konnten die Erfahrungen bei der Umsetzung der Ernährungsberatung unter Expert:innen ausgetauscht werden.

Nach der Eröffnung durch Vorstandsmitglied Birgit Hühn mit einem Grußwort an die Teilnehmer:innen übergab sie an unsere Moderatorin Celina Gaar (DH B. Sc.), die uns durch den Tag führte.

### Vorträge

Ernährungszahnmedizin war das spannende Thema von Prof. Dr. Johan Wölber aus Dresden. Wir wurden über aktuelle neue Erkenntnisse aus der Ernährungszahnmedizin informiert. Reicht es, einfach nur gründlich die Zähne zu putzen, um Karies, Parodontitis und Zahnfleischentzündungen an ihrem Ursprungsort zu bekämpfen? Prof. Wölber erläuterte mit praktischen Tipps und Humor, dass eine zahngesunde Ernährung, d. h., die Sache von innen anzugehen, auch die Mundgesundheit unterstützt – belegt durch wissenschaftliche Fakten.

Wenig bis keine Kohlenhydrate und viel ballaststoffreiches Obst und Gemüse sorgen für antiinflammatorische Reaktionen im Körper. Die optimale Versorgung wären 80 % basische Ernährung und 20 % säurehaltige Lebensmittel. Da das im Alltag sehr schwer umsetzbar ist, sollte man auch Supplemente zu sich nehmen, um den optimalen Tagesbedarf zu decken. Um Patient:innen dafür zu sensibilisieren, sind Authentizität und Selbsterfahrung genauso wichtig wie der wissenschaftlich fundierte Hintergrund. Auch dass Raucher doppelt so viel Vitamin C am Tag brauchen wie Nichtraucher, ist vielen nicht bewusst.

Am Nachmittag öffnete Sonja Hüls aus Bocholt die Schatzkiste der Resilienz für uns. Unter dem Motto „Entdecken Sie Ihre wahre innere Stärke“ machten wir eine kleine Zeitreise durch die Geschichte der Resilienz. Frau Hüls zeigte uns, wie wir gestärkt aus Krisen und Rückschlägen gehen können und welche Schlüsselfaktoren es gibt. Jeder von uns braucht seine „Not“-Wendigkeit, um eine „Wende“ herbeizuführen. Wir können jeden Tag wieder damit beginnen, unsere innere Widerstandskraft zu trainieren, um für die kleinen und großen Herausforderungen des Lebens gewappnet zu sein. „Probleme sind Lösungen in Arbeitskleidung“ (Albert Einstein). Es war ein spannender, interaktiver Vortrag, der uns mit dem Gefühl der Unbesiegbarkeit in den Nachmittag entließ.

### Podiumsdiskussion

Prof. Wölber moderierte die Diskussionsrunde unter Ernährungsexpert:innen. Seine Diskussionsgäste waren Edit Apró (DH B. Sc.) aus Pforzheim, Madeleine Knarr (DH B. Sc.) aus Esslingen und Zahnarzt Dr. med. dent. Hans-Heinrich Risser (Dipl.-Psych.) aus München.

Sie sprachen darüber, wie die Ernährungsberatung im Praxisalltag gelingen kann. Fazit ist, dass die Ernährungslenkung unserer Patient:innen nur durch eine Verhaltensänderung umsetzbar ist. Zusätzlich sollten auch wir als Fachkräfte einen bewussten

Umgang mit zahngesunder Ernährung haben. Schließlich sind wir als Dentalhygieniker:innen auch Vorbilder. Darüber wurde sehr lebhaft und kontrovers diskutiert, auch über eigene Erfahrungen aus dem Beruf und aus dem familiären Umfeld wurde berichtet.

### Industrieausstellung und Tombola

In den Pausen bot die Dentalausstellung Raum für Wissensaustausch und Produktpräsentation, mit Material zum Mitnehmen und Ausprobieren. Die teilnehmenden Aussteller und befreundeten Firmen spendeten großzügig unterschiedliche Preise für die Tombola, sehr zur Freude aller Seminarteilnehmer:innen. An dieser Stelle herzlichen Dank an unsere Aussteller und Tombolaunterstützer!

Den Hauptgewinn stellte der Verein Zukunft Prophylaxe e. V. zur Verfügung, der in diesem Jahr sein 30-jähriges Jubiläum feiert. Dr. Friedrich W. Grelle aus Schweinfurt, erster Vorsitzender, überreichte den Gutschein zur Teilnahme am Jubiläums-Workshop „30 Jahre Zukunft Prophylaxe e. V. 1993–2023“ an eine DH-Kollegin.

### VDDH-Mitgliederversammlung

Auf der VDDH-Mitgliederversammlung am Nachmittag fanden anschließend Neuwahlen statt. Als alte und neue Vorstandsmitglieder wurden Mariette Luise Altrogge (25 Stimmen), Birgit Hühn (44 Stimmen) und Waltraud Krause (21 Stimmen) in ihren Ämtern bestätigt. Neu in den Vorstand hinzugekommen sind Celina Gaar (30 Stimmen), Madeleine Knarr (21 Stimmen), Juliane Petring (12 Stimmen) und Jurgita Pflaum (11 Stimmen). Verabschiedet wurden Anne Bastek, Sabrina Dogan und Gabriele Gaar. Wir danken allen dreien herzlich für die schöne Zusammenarbeit!

#### VDDH New

Der neue Vorstand stellt in den nächsten Wochen VDDH New vor! Das 10-Punkte-Programm verspricht einen neuen Spirit und mehr Austausch mit Wissenschaft und Politik. Die weiteren News sind auf [www.verband-deutscher-dentalhygieniker.de](http://www.verband-deutscher-dentalhygieniker.de) zu erfahren.

Die 5. Jahrestagung des VDDH 2023 war eine sehr gelungene Veranstaltung mit starkem Teamspirit und einer schönen Atmosphäre. Vielen Dank an alle!

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen!

*Karin Schmieders (VDDH)*

Weitere Impressionen vom Verbandstag sowie alle bisherigen VDDH-Mitteilungen finden Sie über den QR-Code oder unter [www.wir-in-der-zahnarztpraxis.de/vddh](http://www.wir-in-der-zahnarztpraxis.de/vddh)

