



zfa.

Extra für das Praxisteam | 4.2023

MIT AUSGESUCHTEN BEITRÄGEN FÜR MEHR WISSEN
UND WENIGER STRESS IM PRAXISALLTAG

LIEBES PRAXISTEAM,

wir richten den Blick auf 2024 und all die aufregenden Entwicklungen, die uns erwarten. Es wird hoffentlich wieder ein Jahr voller Chancen und Veränderungen, in dem Sie weiterhin die Gesundheit Ihrer Patienten fördern werden. Eines der wichtigsten Elemente, die uns alle begleiten, ist die Freude und der Spaß an unserer Arbeit. Wir wissen, dass der Alltag in der



„Mit Vorfreude auf das, was vor uns liegt.“

Simone Ottersbach
Lead Product Architecture
CGM Dentalsysteme GmbH

Zahnarztpraxis oft anspruchsvoll sein kann, aber gemeinsam als Team finden Sie die Taft, Ihre Arbeit zu genießen und damit auch Ihren Patienten ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern. Freude an der Arbeit ist ansteckend und kann den gesamten Praxisbetrieb positiv beeinflussen.

Ein weiterer aufregender Aspekt des kommenden Jahres ist der Einsatz digitaler Helfer, die den Praxisalltag erheblich erleichtern werden. Die Technologie wird unsere Arbeit effizienter und präziser gestalten. Dabei wird Ihre Lernbereitschaft auch 2024 eine entscheidende Rolle spielen. Denn neue Technologien und Verfahren entwickeln sich ständig weiter, und wir müssen beruflich und privat bereit sein, unser Wissen und unsere Fähigkeiten anzupassen und zu erweitern.

Lassen Sie uns unsere Freude an der Arbeit, Teamwork und unsere Lernbereitschaft nutzen, um 2024 zu einem erfolgreichen Jahr für Sie und Ihre Patientinnen und Patienten zu machen. Mit Vorfreude auf das, was vor uns liegt, wünsche ich Ihnen ein erfolgreiches und erfülltes Jahr 2024!

Herzliche Grüße

Simone Ottersbach

UP TO DATE

04 ZFA – auf Platz 1
unter den Gesuchten

05 Gen Z: Anders als alle Anderen

06 Mias Gehalt: Wie aus dem
Brutto- das Nettogehalt wird

10 Zähneputzen?
Nichts einfacher als das!

FOCUS

12 Service-Offensive

14 Ab 2024 Pflicht:
E-Rezept in Zahnarztpraxen

WORK

18 Vor-Ort-Seminare 2024

20 Tipps und Tricks für Ihre
Zahnarztsoftware

LIFE

22 Feel-good-Tipp

23 Impressum



ZFA – AUF PLATZ 1 UNTER DEN GESUCHTEN

Auf Platz 1 der Berufe mit der höchsten Knappheit unter allen Fachberufen liegt der Beruf der Zahnmedizinischen Fachangestellten. Diese zweifelhafte Ehre teilt sich der Beruf der ZFA mit weiteren vier Fachberufen.

Dies ist das Ergebnis der Engpassanalyse der Agentur für Arbeit, in der für 234 Berufe mit dem Anforderungsniveau „Fachkraft“ anhand von sechs messbaren und quantifizierbaren Indikatoren ein Punktwert für jeden Fachberuf berechnet wird. Die kritische Entwicklung der letzten Jahre war Anlass für den Sonderfragebogen zum Fachkräftemangel, der in diesem Jahr im Rahmen des Zahnärzte-Praxis-Panel (ZäPP), zusätzlich zum bisher bekannten Fragebogen, an die Zahnarztpraxen versendet worden ist.

Eine Teilnahme am ZäPP unterstützt die gesamte Zahnärzteschaft sowie eine flächendeckende, wohnortnahe und qualitativ hochwertige Versorgung! Weitere Informationen unter <https://www.kzbv.de/zahnaerzte-praxis-panel.921.de.html>.

Quelle: Agentur für Arbeit; KZBV



GEN Z: ANDERS ALS ALLE ANDEREN

Die Gen Z will nicht nur mehr im Beruf, sie will vor allem auch andere Dinge als alle Generationen vor ihnen. Mit attraktivem Gehalt und guten Karriereaussichten allein lässt sie sich nicht mehr überzeugen. Stattdessen rücken die Themen Diversität, Inklusion und gesellschaftliches Engagement der Arbeitgebenden immer stärker in den Fokus und laufen klassischen Benefits und sogar dem Wunsch nach Homeoffice inzwischen den Rang ab. Das zeigt die Studie "Randstad Employer Brand Research".

Fast jede und jeder Zweite fordert Diversität und Inklusion

Unter den Befragten aus der Gen Z geben 41 Prozent an, dass Diversität und Inklusion für sie eine große Rolle bei der Jobwahl spielen. In den anderen Generationen sind es jeweils deutlich weniger:

Unter den Millennials und der Gen Y sind es je 35, unter den Boomern sogar nur 33 Prozent. Gesellschaftliche Verantwortung fordern 39 Prozent der Gen Z von ihren Arbeitgebenden. Mehr sind es lediglich unter den Boomern mit 42, den Millennials mit 34 und der Gen Y mit 36 Prozent.

„Die Gen Z ist nicht nur sehr am Gemeinwohl und ihrer Umwelt interessiert, sie trägt ihre Forderungen immer stärker auch selbstbewusst in den öffentlichen Raum“, erklärt Dr. Carolin Herbst, Group Director Human Resources bei Randstad Deutschland. Daher sei es nur konsequent, dass diese Erwartungen auch gegenüber den Unternehmen geführt werden. Firmen, die sich ihre gesellschaftliche Rolle nicht bewusst machen, könnten den Anschluss an nahezu eine komplette Generation potenzieller Mitarbeitenden verlieren.

MIAS GEGEHALT:



WIE AUS DEM BRUTTO- DAS NETTOGEGEHALT WIRD

Es wird fast immer sehlichst erwartet, das wohlverdiente Gehalt für den zurückliegenden Monat. Und fast immer wird der Blick auf die Gehaltsabrechnung von einem Seufzer begleitet: Von dem schönen Gehalt wird so viel abgezogen. Wofür eigentlich? Um diese Frage plausibel beantworten zu können, setzt die Vereinigte Lohnsteuerhilfe e. V. (VLH) auf eine „Muster-Arbeitnehmerin“ – wir nennen sie einfach MIA.

Da Steuern und Abgaben nicht nur von der Höhe des Gehaltes abhängen, sondern auch von weiteren Parametern, erhält MIA einige Basisdaten: Sie ist 21 Jahre und Single, sie ist evangelisch, hat keine Kinder und ein Brutto-Gehalt von 2.100 Euro.

Lohnsteuer (LSt):

Als Single ist MIA der Steuerklasse 1 zu-geordnet. Ihre LSt in Höhe von **143,91 Euro pro Monat** überweist ihr Arbeitgeber direkt an das Finanzamt.

Krankenversicherung (KV):

Gesetzlich Versicherte zahlen 2023 einen einheitlichen KV-Beitrag von 14,6 Prozent des Gehaltes. Bei MIA werden 7,3 Prozent direkt vom Gehalt abgezogen, ihr Arbeitgeber zahlt die weiteren 7,3 Prozent. Dazu kommt ein kassenindividueller, einkommensabhängiger Zusatzbeitrag, z. B. in Höhe von 1,2 Prozent, der ebenfalls je zur Hälfte von beiden Seiten getragen wird. Für MIA bedeutet das konkret: Sie zahlt 7,3 Prozent KV plus 0,6 Prozent Zusatzbeitrag.

7,9 % KV-Beitrag von 2.100 Euro Gehalt = 165,90 Euro

Solidaritätszuschlag (SolZ):

Von 1991 bis 2021 waren alle Arbeitnehmenden mit 5,5 Prozent vom LSt-Betrag SolZ-pflichtig. Heute sind das nur noch rund 10 Prozent der Arbeitnehmenden mit höherem Einkommen. Für MIA **entfällt der SolZ**.

Kirchensteuer (KiSt):

Wer Mitglied einer Kirche ist, zahlt KiSt. Deren Höhe hängt sowohl vom Gehalt ab, als auch vom Bundesland, in dem man arbeitet. MIA arbeitet in Hessen und zahlt neun Prozent KiSt:

9 % KiSt von 144,16 Euro LSt = 12,95 Euro

Wer in Baden-Württemberg oder in Bayern arbeitet, zahlt nur acht Prozent.

Rentenversicherung (RV):

Die meisten Arbeitnehmenden in Deutschland zahlen in die gesetzliche RV ein. Für alle Angestellten beträgt der RV-Beitragssatz einheitlich 18,6 % (vom Gehalt). Der Betrag wird von Arbeitgebenden und Arbeitnehmenden zu je 50 Prozent getragen.

Für MIA heißt das: 9,3 % RV-Beitrag von 2.100 Euro Gehalt = 195,30 Euro

Pflegeversicherung (PV):

Werden Arbeitnehmende pflegebedürftig, greift die Pflegeversicherung. Zum 1. Juli 2023 wurde der Pflegebeitragssatz auf 3,4 Prozent erhöht. Davon tragen Arbeitgebende und Arbeitnehmende je die Hälfte, also jeweils 1,7 Prozent.

Für MIA heißt das: 1,7 % PV-Beitrag von 2.100 Euro Gehalt = 35,70 Euro

Gut zu wissen: Wer über 23 Jahre alt und kinderlos ist, zahlt seit dem 1. Juli 2023 einen Zuschlag von 0,6 Prozent. Der Betrag geht ausschließlich zu Lasten der Arbeitnehmenden. Bei zwei oder mehr Kindern verringert sich der Beitragssatz sukzessive. Nur im Bundesland Sachsen müssen Arbeitnehmende einen höheren Anteil zahlen als die Arbeitgebenden.

Arbeitslosenversicherung (AV):

Der monatliche Beitrag für die AV beträgt 2,6 % vom Gehalt (Stand 2023). In der Regel trägt auch hier der Arbeitgebende die Hälfte des Beitrages.

Für Mia heißt das: 1,3 % Beitrag zur AV von 2.100 Euro Gehalt = 27,30 Euro

Beamte sowie Soldatinnen und Soldaten sind von der gesetzlichen Arbeitslosenversicherung befreit, genauso wie Mini-Jobber/innen, die nicht mehr als 520 Euro im Monat verdienen.

Gut zu wissen: Alle Versicherungsbeiträge, die auf der Gehaltsabrechnung stehen, können in der Steuererklärung angegeben werden.



MIAS GEHALT AUF EINEN BLICK

Brutto-Gehalt	2.100,00 €
Abzüge	
LSt	143,91 €
SolZ	0,00 €
KiSt	12,95 €
KV	165,90 €
RV	195,30 €
PV	35,79 €
AV	27,30 €
Netto-Gehalt	1.518,94 €



Fast alle Menschen hierzulande putzen täglich mindestens einmal ihre Zähne. Ob sie es deswegen auch gut können, ist eine andere Frage. Wie zwei neue Studien zeigen, erreichen die wenigsten das Ziel des Zähneputzens – saubere Zähne. Warum das so ist und die Mehrheit bei der Zahnpflege die eigenen Fähigkeiten überschätzt, damit hat sich die Arbeitsgruppe um Prof. Dr. Renate Deinzer am Institut für Medizinische Psychologie der Justus-Liebig-Universität Gießen beschäftigt.

In der ersten Studie¹ sollten die Teilnehmenden mithilfe eines Fragebogens die Sauberkeit ihrer Zähne unmittelbar nach dem Zähneputzen einschätzen. Die Gießener Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler wollten herausfinden, ob sich die Menschen der Defizite bezüglich ihres Putzerfolges bewusst sind. Das Ergebnis: Alle schätzten die

Sauberkeit ihrer Zähne als sehr hoch ein. Im Mittel gingen sie davon aus, dass sie etwa 70 Prozent der Messstellen am Zahnfleischrand sauber geputzt hatten – tatsächlich waren es aber nur um die 30 Prozent.

In der zweiten Studie² wurden zwei Gruppen verglichen, die unterschiedliche Anweisungen zum Zähneputzen erhielten. Während eine Gruppe ihre Zähne „wie gewöhnlich“ putzen sollten, wurde die andere angewiesen „so gründlich wie möglich zu putzen, sodass die Zähne ganz sauber sind“. Das Ergebnis: Die „gründlichen“ Versuchspersonen putzten ihre Zähne wesentlich länger und verwendeten häufiger Zahnseide – ihre Zähne waren jedoch nicht sauberer als die der Teilnehmenden, die „wie gewöhnlich“ geputzt hatten.

Fehler über Fehler

Unabhängig von der Gruppenzugehörigkeit waren weniger als 40 Prozent der Messstellen am Zahnfleischrand plaquefrei. Das scheint nicht verwunderlich, da beide Gruppen gleichermaßen ihre Zahnninnenflächen vernachlässigten. Auch hinsichtlich der Zahnputztechniken unterschieden sie sich nicht und bei der Zahnzwischenraumpflege machten sie dieselben Fehler.

¹ Eidenhardt, Z., Busse, S., Margraf-Stiksrud, J. et al. Patients' awareness regarding the quality of their oral hygiene: development and validation of a new measurement instrument. *BMC Oral Health* 22, 629 (2022). <https://doi.org/10.1186/s12903-022-02659-4>

² Weik, U., Shankar-Subramanian, S., Sämann, T. et al. "You should brush your teeth better": a randomized controlled trial comparing best-possible versus as-usual toothbrushing. *BMC Oral Health* 23, 456 (2023). <https://doi.org/10.1186/s12903-023-03127-3>

„Bei der Frage nach der ‚richtigen‘ Zahnputztechnik denken viele Menschen eher daran, dass man viel tun muss, und nicht, dass es ebenso auf die Qualität ankommt“, so Prof. Deinzer. Diese Annahme werde auch dadurch unterstrichen, wie die Testpersonen die Sauberkeit ihrer Zähne einschätzten: Die Teilnehmenden, die ihre Zähne „so gründlich wie möglich“ (und somit länger) geputzt hatten, schätzten die Sauberkeit signifikant höher ein, als diejenigen, die ihre Zähne „wie gewöhnlich“ geputzt hatten – auch wenn ihre Zähne nicht sauberer waren. Das sei ein Dilemma, betont Prof. Deinzer: „Ohne ein Problembewusstsein für die eigenen mangelhaften Fertigkeiten fehlt die Einsicht, dass Zeit und Mühe investiert werden müssen, um das Zähneputzen nochmals neu zu lernen. Ein solches Problembewusstsein in der Bevölkerung zu schaffen, ist die nächste Herausforderung – für das Institut und die Zahnmedizin überhaupt.“

Quelle: Justus-Liebig-Universität Gießen



SERVICE- OFFENSIVE

DAMIT SIE SCHON HEUTE WISSEN, WAS MORGEN AUF SIE ZUKOMMT

Nachhaltige Kundenorientierung steht mehr denn je in unserem Fokus: Denn die Wünsche und Bedürfnisse unserer Anwenderinnen und Anwender sind für uns das A & O. Mit unserer Service-Offensive möchten wir Ihnen frühzeitig einen Einblick in unsere Planung ermöglichen und für mehr Transparenz sorgen. Damit Sie schon heute wissen, was morgen auf Sie zukommt – und Sie alle Vorteile Ihrer CGM-Produkte kennen und täglich davon profitieren können.

Newsletter: Unser Newsletter informiert Sie nicht nur über die neuesten Entwicklungen Ihres Zahnarztinformationssystems. Sie erhalten damit auch Infos zu aktuellen Updates und zu neuen Tools aus dem Entwicklungsbereich. Interessante News sowie



Tipps und Tricks für den Praxisalltag runden den Newsletter ab. Hier können Sie ihn abonnieren – selbstverständlich kostenfrei.

Update-News: Es kommt grundsätzlich zum falschen Zeitpunkt und immer völlig überraschend, das Update für Ihr Praxisinformationssystem? Exakt deshalb und um unnötigen Stress zu vermeiden, erhalten Sie unsere Update-News. Damit möchten wir unsere Anwenderinnen bzw. Anwender und ihre Praxisteams schon rund drei Wochen vor dem Tag X auf das eigentliche Update vorbereiten. Ist es abrechnungsrelevant? Enthält es alle gesetzlichen Anforderungen? Welche Features werden ausgeliefert? Neben den Antworten auf diese und ähnliche Fragen enthalten unsere Update-News auch die Termine für unsere kostenfreien Update-Seminare.

YouTube-Kanal: Wann immer Sie Zeit haben, Anregungen suchen oder Anleitungen benötigen: Auf unserem YouTube-Kanal haben wir bereits eine ganze Reihe hilfreicher Kurzvideos für Sie bereitgestellt – z. B. Videos zur PAR-Abrechnung, alle Update-Videos und sogar komplette Webinar-Mitschnitte.



Einfach reinschauen, auswählen und Wissen tanken oder auffrischen. Ganz wie und so häufig Sie wollen.



AB 2024
PFLICHT:

E-REZEPT IN ZAHNARZTPRAXEN

"Mit
CLICDOC sind
Sie auf das
E-Rezept gut
vorbereitet."

In Zahnarztpraxen läuft der Drucker immer noch auf Hochtouren, wenn es um die Ausstellung von Rezepten geht. Doch ab 2024 ist das E-Rezept bundesweit verpflichtend und damit höchste Zeit, sich auf das elektronische Verfahren technisch wie organisatorisch vorzubereiten.

Rezepte elektronisch empfangen und einlösen – das ist seit Juli 2023 neben der E-Rezepte-App auch per elektronischer Gesundheitskarte (eGK) möglich. Die Vorteile gegenüber dem Papierausdruck sind groß: weniger Zettelwirtschaft, ein-

gesparte Wege und einfaches Ausstellen von Folgerezepten. Auch die Erfahrungen von Zahnarztpraxen mit dem E-Rezept im Rahmen der Testphase sind laut Kassenärztlicher Bundesvereinigung (KZBV) bislang durchweg positiv. Die flächendeckende Nutzung im Praxisalltag entwickelt sich dennoch zögerlich. Deshalb hat die Bundesregierung einen Entschluss gefasst: Ab 1. Januar 2024 soll das langsame Herantasten ein Ende finden. Dann müssen alle Zahnärztinnen und Zahnärzte fit für die Ausstellung von E-Rezepten sein.



Was fordert der Gesetzgeber?

Mit dem Jahreswechsel will das Bundesgesundheitsministerium dem E-Rezept weiter Aufwind verschaffen und fordert von Zahnarztpraxen, dass diese verschreibungspflichtige Arzneimittel zulasten der GKV per elektronischem Rezept ausstellen. Zum Muster 16 dürfen sie dann nur noch unter bestimmten Bedingungen greifen, etwa im Falle einer IT-Störung. Ist die erforderliche Technik bis zum Stichtag gegenüber der KZV nicht nachweisbar, hat der Gesetzgeber Sanktionen geplant. Aktuell sind eine Kürzung der monatlichen TI-Pauschale um die Hälfte sowie der Vergütung um ein Prozent im Gespräch.

E-Rezept ausstellen: Voraussetzungen schaffen

Die nächsten Monate sollten Zahnarztpraxen nutzen, um sich auf das elektronische Rezept vorzubereiten. Die KZBV stellt hierfür umfangreiche Informationen bereit. Ein solides Fundament schaffen Verantwortliche bereits, indem sie folgende Schritte gehen:

- Praxen müssen an die Telematikinfrastruktur (TI) angebunden sein. Hierfür sind ein E-Health-Konnektor und ein elektronischer Heilberufsausweis (eHBA) erforderlich.
- Zahnärztinnen und Zahnärzte benötigen einen eigenen elektronischen Zahnarzttausweis.

E-Rezept-ready – mit CLICKDOC E-Rezept

Sind die ersten Anforderungen erfüllt, kann die vollständige digitale Abwicklung der Rezepte ganz einfach gelingen. In der CGM-Praxissoftware lässt sich das CLICKDOC E-Rezept beispielsweise mit wenigen Klicks freischalten – und das kostenfrei. Danach profitieren Zahnarztpraxen wie auch Patientinnen und Patienten von verschlankten Praxisabläufen und kürzeren Wartezeiten bei der Rezeptausstellung.

ENTDECKEN SIE MEHR:



KZBV –
Elektronisches
Rezept



Was ist das
E-Rezept?



E-Health fürs Ohr –
der CGM-Podcast für
Gesundheitsprofis
**Das E-Rezept ein-
fach machen**

· Verantwortliche müssen ein Konnektor-Update (PTV4+) durchführen, um nicht bei jeder Signatur mit dem E-Zahnarzttausweis die PIN eingeben zu müssen.

· Sinnvoll sind mindestens zwei Kartenlesegeräte – am Empfang und in einem weiteren Behandlungszimmer.

Ein Tipp: Ob eine Zahnarztpraxis bereit für die Ausstellung von E-Rezepten ist, findet sie mittels eines Test-E-Rezepts der Gematik heraus.



VOR-ORT- SEMINARE 2024

Sie wollen gemeinsam mit Ihrem Team das Potenzial Ihrer Praxis genauso ausschöpfen wie die Leistungsfähigkeit Ihres Praxisinformationssystems? Dann bieten wir Ihnen mit unseren Vor-Ort- und Intensiv-Seminaren genau das richtige Sprungbrett.

Nach dem Motto „Mehr Praxiserfolg. Mehr Sicherheit“ haben wir auch für das Jahr 2024 wieder die wichtigsten Themen für CGM Z1 und CGM Z1.PRO vorbereitet. Präsentiert von kompetenten Referent-

innen bzw. Referenten. In ausgewählten Veranstaltungsorten im ganzen Bundesgebiet.

Ob Grundlagen-, Aufbau- oder Tipps & Tricks-Seminare, jede der rund dreistündigen Veranstaltungen bietet neben den Lehrstunden auch ausreichend Zeit für den individuellen Gedanken- und Erfahrungsaustausch mit Kolleginnen und Kollegen. Dieses inspirierende Vergnügen kann natürlich während der dreitägigen CGM Z1.PRO-Intensivseminare besonders genossen werden.

Vor-Ort-Seminare

ab 179 Euro

jede weitere Person der Praxis 129 Euro

Intensivseminare

ab 799 Euro

(beinhaltet drei Tage in einem ausgewählten Wellnesshotel)

Nutzen Sie den Frühbucher-Rabatt!

Bei Buchung bis 21.01.2024 erhalten Sie einen

**Frühbucherrabatt in
Höhe von 10 %**



Auf unserer Website finden Sie alle Details zu Terminen, Themen, Zeiten und Orten unserer Seminarveranstaltungen. Und auch die Möglichkeit, sich dafür anzumelden.

TIPPS UND TRICKS

FÜR IHRE ZAHNARZTSOFTWARE

CGM Z1 & CGM Z1.PRO

1 Schnell und einfach ein neues Fremdlabor anlegen:

Um ein neues Fremdlabor anzulegen, gehen Sie wie folgt vor: Navigieren Sie zu Stammdaten > Praxis > Praxisinhaber > Labor. Klicken Sie neben einem leeren Textfeld auf den Pfeil und wählen Sie Neu (F2), um das Labor zunächst zu erfassen. Wenn alle Daten eingetragen sind, speichern (F12) Sie die Eingaben. Im Anschluss markieren Sie das Labor im Suchdialog. Mit erneutem Speichern, wird das Labor übernommen.

2 Wo finden Sie die Patientenerklärung Europäische Krankenversicherung (EHIC)?

Um die Patientenerklärung Europäische Krankenversicherung (EHIC) zu finden, öffnen Sie den Patientenstamm, klicken Sie auf das Chip-Kartensymbol (Strg+e) und wählen Sie Kasse-Schein aus. Dort finden Sie oben das PDF-Symbol. Mit rechtem Mausklick können Sie das Formular in der gewünschten Sprache aufrufen.

3 So erfassen Sie eine zweite Sitzung in der Behandlungserfassung:

In der Leistungserfassung gibt es eine Spalte mit dem Buchstaben S. Tragen Sie zu der ersten Leistung, die zur zweiten Sitzung gehört, die Zahl 2 in dieser Spalte ein.

4 Wie kann man auf schnellstem Wege das Datum einer kompletten Sitzung in der Behandlungserfassung ändern?

Um das Datum einer kompletten Sitzung in der Behandlungserfassung zu ändern, tragen Sie das korrekte Datum in der Spalte der ersten Leistung ein, die geändert werden soll. Anschließend wählen Sie oben das Symbol Kopie (F8) aus. Dadurch erhalten Sie die Abfrage, ob die Leistungen, die zur Sitzung erfasst sind, ebenfalls auf das geänderte Datum umgeschrieben werden sollen.



5 Kennen Sie schon unsere Rechtschreibhilfe?

Unter "Stammdaten" > "System" > "Arbeitsplatz" können Sie im Reiter "Bildschirmeinstellung" eine Rechtschreibprüfung für Ihr Z1.PRO-System aktivieren. Durch Aktivieren dieser Funktion und einen Neustart von Z1.PRO wird die Rechtschreibprüfung systemweit in Text-Eingabefeldern aktiviert.

6 Entdecken Sie unsere Videos, um keine Tipps und Tricks zu verpassen:



Um sicherzustellen, dass Sie keine wichtigen Tipps und Tricks verpassen, bieten wir regelmäßig neue Videos und Tutorials zu ausgewählten Themen auf unserer Website an.

Außerdem haben wir kürzlich einen neuen YouTube-Kanal mit dem Namen „CGM Dentalsysteme – YouTube“ gestartet. Die Videos können Sie ganz einfach mit linkem Mausklick über die „Weltkugel“ aus der unteren Navigationsleiste aufrufen. Sobald ein neues Video für Sie erstellt wurde, erhalten Sie eine CGM Assist-Hinweismeldung.



FEEL-GOOD-TIPP

Die Tipps zum Wohlfühlen kommen von unserer Fitness-Expertin Alica Schütz.



IN BALANCE BLEIBEN

Was ist eigentlich Balance-Training und wieso ist es wichtig? Haben Sie Lust auf einen Selbstversuch? Stellen Sie sich auf ein Bein, schließen Sie die Augen und heben Sie das gegenüberliegende Knie an. Das könnte eine wackelige Angelegenheit werden. Damit Sie nicht umfallen, ist das Gleichgewicht gefragt.

Mit dieser Fähigkeit kann der Körperschwerpunkt kontrolliert und Dysbalance ausgeglichen werden. Ist diese Fähigkeit stärker ausgeprägt, fällt es leichter, Bewegungen zu kontrollieren – das gibt uns mehr Sicherheit. Im Alter lässt unser Gleichgewichtssinn nach, außerdem können Verletzungen, Krankheiten, einseitige Tätigkeiten und langes Sitzen das Gleichgewicht einschränken.

Sie benötigen hierfür kein Fitnessstudio – integrieren Sie ganz einfach kleine Übungen in Ihren Alltag. Stellen Sie sich zum Beispiel beim Zähneputzen auf ein Bein oder probieren Sie folgende Übung aus, bevor Sie ins Bett gehen:

Starten Sie im aufrechten Stand. Der Bauch ist fest angespannt. Neigen Sie dann den Ober-

Gute Gründe für ein Balance-Training:

- stabilisierte Gelenke
- verbesserte Körperhaltung
- weniger Rückenschmerzen
- verbessertes Körpergefühl
- maximierte Leistungsfähigkeit

körper nach vorne und heben Sie gleichzeitig ein Bein gestreckt an. Sobald der Oberkörper und das Bein waagrecht zum Boden sind, können Sie die Bewegung stoppen. Willkommen in der Standwaage. Halten Sie diese Position und kommen Sie dann zurück in die Ausgangslage. Wiederholen Sie diese Übung mit dem anderen Bein. Also, ran ans Gleichgewicht, um Verletzungen und altersbedingten Schwachstellen vorzubeugen! Albert Einstein sagte schon: „Das Leben ist wie Fahrrad fahren. Um die Balance zu halten, musst du in Bewegung bleiben.“

Impressum

HERAUSGEBER:
CGM Dentalsysteme GmbH, Maria Trost 25, 56070 Koblenz

REDAKTION:
Hedi von Bergh, Michaela Bicker, Beata Luczkiewicz

KONTAKT:
uptodate@cgm-dentalsysteme.de

VERANTWORTLICH FÜR ANZEIGEN:
CGM Dentalsysteme GmbH

LAYOUT:
Laura Breuling, CompuGroup Medical Deutschland AG

LEKTORAT:
Marie Erdmann, Sebastian Riechert, Eva Wierschem, FUCHSKONZEPT GmbH

DRUCK:
KRMP Intermedia GmbH, Habsburgerring 1, 50674 Köln

FOTOS:
**CGM Deutschland AG, gettyimages: S. 1, 3, 5, 6, 10, 16, 18, 20, 23
Adobe Firefly: S. 8, unsplash: 12, midjourney: S. 15, 16**

ERSCHEINUNGSWEISE:
viermal jährlich



Honorar sichern, Praxisteam entlasten

Das neue PAR-UPT-Modul in CGM Z1.PRO

Synchronizing Healthcare



CompuGroup
Medical

Endlich gehören Honorarverluste bei der Parodontitis-Behandlung der Vergangenheit an:

Mit dem neuen in CGM Z1.PRO integrierten PAR-UPT-Modul halten Praxisteams spielend alle Vorgaben ein, die der Gesetzgeber in der PAR-Richtlinie definiert hat.

DAS PAR-UPT-MODUL IST EIN BEDEUTENDER GRUND UM AUF CGM Z1.PRO UMZUSTEIGEN.

Dr. Markus Sagheri



Mehr über das neue PAR-UPT-Modul in CGM Z1.PRO erfahren Sie auf: cgm.com/den-upt

