



## Nachhaltigkeit beginnt im Kleinen

### Liebes Praxisteam,

Nachhaltigkeit ist längst kein abstraktes Schlagwort mehr. Auch in Zahnarztpraxen gewinnt sie zunehmend an Bedeutung – für Umwelt, Wirtschaftlichkeit und nicht zuletzt für das Image der Praxis. Dabei zeigt sich schnell: Große Veränderungen beginnen oft mit kleinen Stellschrauben im Alltag.

Gerade das Praxisteam spielt hierbei eine zentrale Rolle. Viele nachhaltige Maßnahmen entstehen nicht durch große Investitionen, sondern durch Aufmerksamkeit für Abläufe: bewusstes Trennen von Abfällen, sparsamen Umgang mit Energie und Wasser oder die Nutzung digitaler Prozesse

statt Papier. Jeder einzelne Handgriff kann dazu beitragen, Ressourcen zu schonen.

Wichtig ist, Nachhaltigkeit nicht als zusätzliche Belastung zu sehen, sondern als gemeinsames Projekt. Wenn das gesamte Team eingebunden wird, entstehen häufig kreative und praxisnahe Lösungen, die den Alltag sogar erleichtern können. Gleichzeitig wächst das Bewusstsein dafür, wie viele kleine Entscheidungen im Praxisbetrieb einen Unterschied machen.

Nachhaltigkeit ist daher kein einmaliges Projekt, sondern ein fortlaufender Prozess.

Schritt für Schritt kann jede Praxis ihren Beitrag leisten – und dabei zeigen, dass moderne Zahnmedizin Verantwortung für Patientinnen, Patienten, Team und Umwelt übernimmt.

Ihre Caroline Filler  
Mitglied Berufsbildungsausschuss und  
Prüfungsausschuss der LZKS





## NACHHALTIGKEIT IN DER ZAHNARZTPRAXIS

# Grüner denken, besser handeln

**Zahnarztpraxen verbrauchen täglich Energie, Wasser und eine Vielzahl an Einwegmaterialien. Hinzu kommen chemische Stoffe, Medizinprodukte und Abfälle, die fachgerecht entsorgt werden müssen. Nachhaltiges Handeln hilft, die Umweltbelastung zu reduzieren, Kosten langfristig zu senken und einen positiven Beitrag zum Klimaschutz zu leisten. Gleichzeitig gewinnt das Thema für Patientinnen und Patienten immer mehr an Bedeutung: Umweltbewusstes Handeln wird zunehmend als Qualitätsmerkmal wahrgenommen.**

Der Begriff Nachhaltigkeit wurde in den letzten Jahren durch verschiedene politische Aktivitäten wie z. B. Fridays for Future immer wieder in den medialen Fokus gerückt. Erste Erwähnungen finden sich bereits im Mittelalter in Verbindung mit der Forstwirtschaft. Es wurden Überlegungen

angestellt, wie man Wälder so bewirtschaften kann, dass sie sich in dauerhaft gutem Zustand befinden, sodass folgende Generationen diese ebenfalls nutzen können.

Dieses Prinzip wird nun auf alle unsere endlichen Ressourcen wie Rohstoffe und Energievorräte ausgeweitet. Der Begriff kann jedoch wesentlich weiter gefasst werden. In der Zahnmedizin haben wir durch systematische Prävention erreicht, dass die Anzahl nötiger Behandlungen, wie beispielsweise die Therapie frühkindlicher Karies, deutlich reduziert wurde. Dies sorgt nachhaltig für eine bessere Mundgesundheit und somit für einen geringeren Behandlungsbedarf.

### Sensibilisieren Sie Ihr Team!

Aufgrund der vielen Bereiche ist die Umsetzung ressourcenschonender Maßnahmen auf den ersten Blick jedoch überwältigend. Je intensiver wir uns mit Nachhaltigkeit befassen, desto klarer wird, wie viele Aspekte beleuchtet werden müssen. Zunächst sollte das gesamte Team für das Thema sensibilisiert und die komplexen, nachhaltigen Prozesse als sportliche gemeinsame Aufgabe gesehen werden. Der CO<sub>2</sub>-Fußabdruck einer Praxis kann mittels der zahlreichen online verfügbaren CO<sub>2</sub>-Rechner bestimmt werden (z. B. beim Umweltbundesamt unter [www.uba.co2-rechner.de/de\\_DE](http://www.uba.co2-rechner.de/de_DE)).

*Je intensiver wir uns mit Nachhaltigkeit befassen, desto klarer wird, wie viele Aspekte beleuchtet werden müssen.*

Diese Referenz objektiviert die Bemühungen und macht die Veränderungen für das Praxisteam sichtbar.

## Wasser- und Energieeinsparung

Der einfachste Start ist sicherlich, den Energiebedarf der Praxis zu überprüfen. Dieser verursacht ca. 15% des gesamten CO<sub>2</sub>-Fußabdrucks. Der Bezug von Ökostrom oder die Nutzung eigener Photovoltaikanlagen verbessert die CO<sub>2</sub>-Bilanz der Praxis erheblich und kann auch finanzielle Vorteile mit sich bringen. Eine Orientierungshilfe bietet das von Umweltverbänden vergebene Grüner-Strom-Label.

Außerdem:

- » Moderne, energieeffiziente Geräte wie Kompressoren, Sterilisatoren oder digitale Röntgensysteme verbrauchen deutlich weniger Strom als ältere Modelle.
- » Der Einsatz von LED-Beleuchtung, Akkus statt Wegwerfbatterien, Zeitschaltuhren und Bewegungsmeldern sowie das konsequente Abschalten nicht benötigter Geräte reduziert zusätzlich den Energiebedarf.
- » Durch die zunehmenden Hitzeperioden im Sommer werden in den Praxen vermehrt Klimaanlage verwendet. Diese verursachen nicht nur einen indirekten CO<sub>2</sub>-Ausstoß, sondern oft zusätzlich treibhauswirksame Kältemittel-Emissionen. Sie sollten daher nur an sehr heißen Tagen eingeschaltet werden und die Praxisräume maximal 6 °C kühler als die Außentemperatur halten.

- » Heizungen verursachen den größten Anteil an CO<sub>2</sub>-Emissionen und sind bei einem Mietobjekt schwieriger zu optimieren. In einem Gespräch mit dem Vermieter können eventuell geförderte Modernisierungen erörtert werden. Entlüftete, freistehende Heizkörper und richtiges Lüften sind zwar nur eine kleine Optimierung, helfen aber dennoch, den Energieverbrauch zu senken.

Wasser ist eine weitere wichtige Ressource. Durch den Einsatz moderner Behandlungseinheiten mit wassersparenden Funktionen sowie sensorgesteuerten Armaturen lässt sich der Verbrauch deutlich senken. Gleichzeitig ist Hygiene essenziell. Nachhaltigkeit bedeutet hier nicht Verzicht, sondern Effizienz: Optimierte Aufbereitungsprozesse für Instrumente und eine bedarfsgerechte Nutzung von Reinigungs- und Desinfektionsmitteln schonen Umwelt und Budget.

## Abfallvermeidung und -trennung

In Zahnarztpraxen fällt viel Abfall an, insbesondere Einwegprodukte aus Kunststoff. Was Sie tun können:


- » Wo immer möglich, sollten Mehrweg-Alternativen genutzt werden, z. B. bei

Absaugkanülen oder OP-Textilien, sofern Hygienevorgaben dies erlauben.

- » Eine konsequente Trennung von Wertstoffen wie Papier, Kunststoff, Metall, Glas, Batterien, Elektroschrott und medizinischem Sonderabfall erleichtert das Recycling und reduziert Entsorgungskosten. Auch die Zusammenarbeit mit spezialisierten Entsorgungsunternehmen ist ein wichtiger Bestandteil nachhaltiger Praxisführung.
- » Die Verwendung wiederaufbereiteter (sog. refurbished) technischer Geräte spart nicht nur Kosten, sondern z. B. bei einem Handy schon 10 kg CO<sub>2</sub>.

## Optimierung durch Digitalisierung

Konsequente Digitalisierung der Arbeitsabläufe kann viele Bereiche im Praxisalltag optimieren. Prozesse wie das Ausfüllen eines Anamnesebogens, der digitale Rechnungsversand und das Erfassen von weiteren Patientendaten verhindern zusätzlichen Papierabfall. Falls Papier dennoch benötigt wird, sollte Recyclingpapier verwendet werden. Es ist mittlerweile qualitativ genauso hochwertig wie Papier aus Frischfasern und sollte beidseitig bedruckt werden.



*Ein nachhaltiges Praxiskonzept ist Teamwork. Jeder betrachtet Aspekte aus einem anderen Blickwinkel.*

Die wöchentliche Post enthält leider viel Werbung, Flyer und unnötige Kataloge. Falls möglich, sollten diese abbestellt werden. Ebenso und mit steigender Tendenz werden elektronisch unnötige E-Mails wie irrelevante Newsletter, Werbung und Spam versendet. Da jede E-Mail CO<sub>2</sub> verursacht, sollten unnötige E-Mails ebenfalls abbestellt oder gelöscht werden.

Digitales Röntgen kommt ohne chemische Entwickler aus. Dies erspart Ansetzen, Lagerung und Entsorgung schädlicher Lösungen. Zudem ermöglicht es, die Strahlendosis für den Patienten bei besserer Bildqualität zu reduzieren. Die digitalen Röntgenbilder sind gleichzeitig platzsparend archiviert und jederzeit auf jedem Praxisrechner – auch für eine schnelle Kommunikation zwischen Fachkollegen – verfügbar.

Die digitale Abformung schont durch das materialfreie Vorgehen die Umwelt. Abformmaterialien und Gipsmodelle, die wieder entsorgt werden müssten, entfallen ebenso wie der Transport zum Labor. Patientinnen und Patienten empfinden die

digitale Abdrucknahme als angenehmer, da sie hierbei keinen Würgereiz verspüren oder keine Berührung mit Fremdmaterialien im Mund haben. Die Visualisierung der Mundsituation des Patienten direkt auf dem Bildschirm unterstützt Sie zusätzlich bei der Kommunikation Ihrer Behandlungsplanung.

### „Grünes“ Teamwork

Ein nachhaltiges Praxiskonzept ist Teamwork. Als gemeinsame Aufgabe animiert es, die zahlreichen Bereiche detaillierter zu betrachten und vielleicht Wege zu noch mehr Nachhaltigkeit zu finden. Jeder betrachtet Aspekte aus einem anderen Blickwinkel und bietet so weitere Lösungssätze an.

Die Bemühungen sollen auch für die Patienten sichtbar sein, da diese dann ebenso zu mehr Nachhaltigkeit motiviert werden können.

---

Dr. med. dent. Christian Paffrath  
Mitglied Berufsbildungsausschuss und  
Prüfungsausschuss der LZKS

## Kleine Preisfrage

In der Praxisteambeilage 2/25 wollten wir wissen:

Was sollte in jeder Notfalltasche enthalten sein?

- A Adrenalin und Glukose
- B Nahtmaterial
- C Antibiotika

Richtig war Antwort A.

Gewonnen haben je einen Büchergutschein: Sabine Wolf, Alexandra Bliesener und Christin Mende.

## Herzlichen Glückwunsch!

### Hier unsere neue Preisfrage:

Welches Label wird von Umweltverbänden für Ökostromprodukte vergeben?

- A Bestes-Strom-Label
- B Nachhaltigkeits-Strom-Label
- C Grüner-Strom-Label

---

Ab sofort nehmen Sie online an unserem Gewinnspiel teil und erfahren sofort, ob Ihre Antwort richtig ist. Die Teilnahme ist bis zum 1. September 2026 möglich. Folgen Sie dazu diesem Link oder QR-Code:



[tinyurl.com/  
kleinepreisfrage](https://tinyurl.com/kleinepreisfrage)

Viel Glück 

## ABFALLENTSORGUNG IN DER ZAHNMEDIZIN



Link zum Praxishandbuch der LZKS:  
[tinyurl.com/  
ZAP-Abfall](https://tinyurl.com/ZAP-Abfall)