

# FAXANMELDUNG

Fax-Nr. +49 (60 74) 8 36-2 99

**Bitte tragen Sie Ihren gewünschten Kurstermin und -ort ein und faxen Sie uns Ihre Anmeldung bis zehn Tage vor Beginn des Workshops!**

Hiermit melde ich mich verbindlich mit folgendem Kurstermin und -ort an:

*(Die Teilnahmegebühr beträgt 750,- EUR pro Person, zzgl. MwSt., inkl. Getränke und Abendessen)*

Senden Sie mir zunächst ergänzendes Informationsmaterial zum Thema Dr. Beach zu!

*Zahnärzte, die sich in der Ausbildung bzw. Assistenzzeit befinden, zahlen ermäßigt 480,- EUR, zzgl. MwSt.*

## Unterkunft

Bei Bedarf reservieren wir Ihnen ein Hotelzimmer.

Bitte buchen Sie für mich ein Einzelzimmer  
*(Die Kosten werden übernommen)*

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung sowie eine Anfahrsbeschreibung zum Seminarort.

Name, Vorname

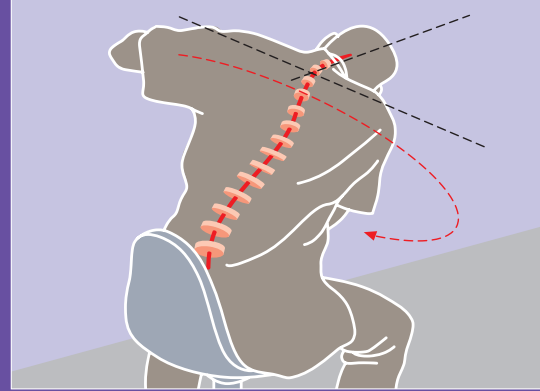
Straße / Hausnummer

PLZ / Ort

Telefon

Datum / Unterschrift

*Rückenprobleme?  
Schlafstörungen?  
Augenermüdung?  
Eine gesunde Körperhaltung kann bereits helfen*



Sie benötigen weitere Informationen oder haben Fragen. Gerne gibt Ihnen Frau Martina Schulz, per Telefon 0 60 74/8 36-0 oder E-Mail [mschulz@jmoritaeurope.com](mailto:mschulz@jmoritaeurope.com) Auskunft.

# ERHALTUNG

## // Aus orthopädischer Sicht

führen ungünstige Arbeitshaltungen zu Überbeanspruchungen der Wirbelsäule. Lang anhaltende, verdrehte und verkrampfte Sitz- und/oder Stehpositionen bei der Patientenbehandlung – gefördert oft durch falsches Equipment – führen sehr häufig zu hartnäckigen Beschwerden im Bereich der Hals- und Lendenwirbelsäule. Ein Vertrautmachen mit den Gegebenheiten der Ergonomie und des Arbeitsablaufs am zahnärztlichen Behandlungsplatz ist zu empfehlen.

*Dr. med. Theodoros Theodoridis,  
Facharzt für Orthopädie,  
[www.dr-theodoridis.de](http://www.dr-theodoridis.de)*



**J. Morita Europe GmbH**  
Justus-von-Liebig-Straße 27a  
63128 Dietzenbach – Germany

Telefon: +49 (60 74) 8 36-0  
Telefax: +49 (60 74) 8 36-2 99

[info@jmoritaeurope.com](mailto:info@jmoritaeurope.com)  
[www.jmoritaeurope.com](http://www.jmoritaeurope.com)

**Ihrem Rücken zuliebe –  
Stärken Sie Ihre  
natürliche Körperhaltung**



## Zwei-Tage-Workshop

„Ergonomie und Workflow in der Zahnarztpraxis“

J.MORITA EUROPE

14 Fortbildungspunkte

Thinking ahead. Focused on life.



**Kaum eine Berufsgruppe übt ihre Tätigkeit in einer derart einseitigen und unnatürlichen Haltung aus wie die Zahnärzte – und zwar über viele Stunden hinweg. Dabei machen es unvorteilhafte Sitzpositionen des Patienten oder eine unergonomisch eingespielte Behandlungsabfolge nicht unbedingt leichter, effektiv und rücken-schonend zu arbeiten.**

# GESUND

Dass sich eine gesunde Körperhaltung positiv auf die Leistungsfähigkeit und den Workflow auswirken kann, stellte der amerikanische Zahnarzt Dr. Daryl Beach bereits in den fünfziger Jahren fest. Sein Behandlungskonzept, auch „12-Uhr-Behandlung“ genannt, basiert in erster Linie auf einer natürlichen und stabilen Körperhaltung, bei der lediglich die Unterarme aktiv sind.

Hundertprozentig lassen sich über Jahre eingeübte Bewegungen nicht mit einem Theoriekurs verbessern. Deshalb steht in dem Workshop „Ergonomie und Workflow“ die Praxis im Vordergrund. In kleinen Gruppen von maximal vier Teilnehmern, nimmt man seine eigenen Gewohnheiten genau unter die Lupe. Mit gezielten Übungen lassen sich sofort die neu erlernten Abläufe in Ihren Alltag übernehmen. Probieren Sie es aus!

# KURSIHALTE

## 14 Uhr Freitag

Mit der Einführung, die eigene Motorik und Arbeitshaltung zu analysieren, starten die Teilnehmer in den Workshop. Dabei setzen sie sich unter anderem mit den persönlichen Voraussetzungen an die gewohnten Arbeitsabläufe auseinander. Bei einem anschließenden, gemütlichen Abendessen lässt es sich in vertrauter Runde entspannt über die erkannten Verbesserungspotenziale und die eigene Bewegungsfähigkeit diskutieren.

## 10 – 16 Uhr Samstag

Die bislang theoretisch gewonnenen Erkenntnisse werden nun praktisch am Behandlungsstuhl trainiert.

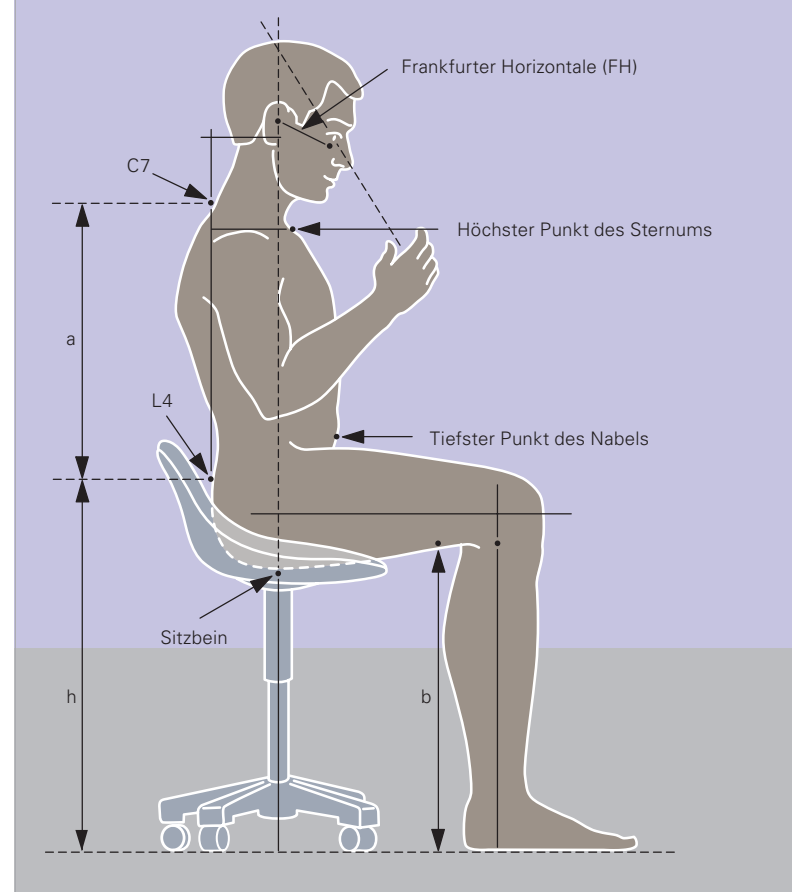
**Kursbestandteile:** Optimierte Arbeitsabläufe sowohl in der Team-, als auch in der Alleinbehandlung, Förderung der eigenen Leistungsfähigkeit und der Präzision des Greifens

- Kleine Kursgruppen: Maximal vier Teilnehmer trainieren individuell die ergonomischen Körperhaltungen nach Dr. Beach
- Der Zahnarzt gewinnt Sicherheit für die direkte Umsetzung im eigenen Praxisalltag
- Dr. Beach wirkt: Sie profitieren von stress- und ermüdungsfreiem Arbeiten
- Vorhandene Beschwerden können abgebaut werden

**Jeder Teilnehmer erhält ein Zertifikat sowie den Nachweis für 14 Fortbildungspunkte (DGZMK registriert).**



- 1 Sivan Ates**  
Studium der Zahnmedizin Frankfurt · Examen 2001  
Seit 2006 Facharzt für Oralchirurgie · Seit 2008  
Fachpraxis für Oralchirurgie · Mitgliedschaften: BDO,  
DGZMK, DGI, BDIZ · **Tätigkeitsschwerpunkte:** Oral-  
chirurgie, Implantologie, Parodontologie  
Gotenring 1  
50679 Köln
- 2 Thomas Rethfeldt**  
1990 Abschluss als Diplom-Stomatologe, Friedrich Schiller  
Universität, Jena und Medizin. Akademie, Erfurt · Seit 1993  
Niederlassung in Neuweiler/Nordschwarzwald in eigener  
Praxis · **Tätigkeitsschwerpunkte:** Cerec 3D u. Endodontie  
Calwer Straße 51  
75389 Neuweiler
- 3 Dr. Christoph Huhn**  
Studium der Zahnmedizin Halle/S. · Examen 1992 · Seit  
1995 Niederlassung in Dessau · 1998 Spezialisierung auf  
Endodontie · Mitgliedschaften: DG Endo · Privatpraxis seit  
2009 · **Tätigkeitsschwerpunkte:** Endodontie, Microden-  
tistry, ästhetische Zahnheilkunde  
Rennstraße 9  
06842 Dessau
- 4 Dr. Schloss**  
Studium der Zahnmedizin Temeschburg, Rumänien und  
University of Pennsylvania, USA · Niederlassung seit 2001  
Gemeinschaftspraxis mit Dr. Wollner seit 2003  
Mitgliedschaften: DG Endo, VDZE, AGET, AAE, ESE, DGZ  
**Tätigkeitsschwerpunkt:** Endodontie  
Kornmarkt 8  
90402 Nürnberg
- 5 Dr. Wollner**  
Studium der Zahnmedizin Erlangen · Examen 1992  
Niederlassung seit 1994 · Gemeinschaftspraxis mit  
Dr. Schloss seit 2003 · Mitgliedschaften: DGZMK, DGZ  
**Tätigkeitsschwerpunkt:** ästhetische Zahnheilkunde  
Kornmarkt 8  
90402 Nürnberg
- 6 Dr. Matthias Hoffmann**  
Studium der Zahnmedizin Regensburg · Examen 1996  
Forschungstätigkeit im Texas Medical Center Houston  
(USA) · Fachärztliche KFO-Ausbildung an der Ludwig-  
Maximilians-Universität, München · Niederlassung in  
Einzelpraxis seit 2008 · Autor im Thieme Verlag · Mitglied-  
schaften DGKFO, AG Rö der DGZMK · **Tätigkeitsschwer-  
punkte:** Kieferorthopädie, Funktionsdiagnostik und -therapie  
Oberer Graben 45  
85049 Ingolstadt



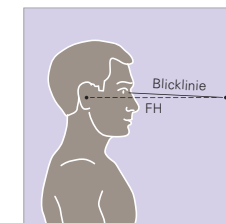
Der Rumpf ist in natürlicher Haltung aufrecht ohne Rotation oder Beugung. Die Linie zwischen C7 (siebter Halswirbel) und L4 (vierter Lendenwirbel) – siehe Linie a in der Abbildung – ist vertikal. Eine Linie durch den Nabel, die im rechten Winkel zur Linie a steht, verläuft parallel mit der Längsachse des Oberschenkels. Dies ist einer der Prüfpunkte für die „Referenzhaltung“

## Die optimale Arbeitshaltung

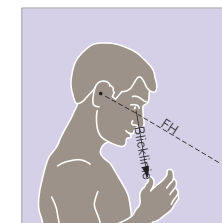
Voraussetzung für ein unverkrampftes Arbeiten ist die optimale Haltung des gesamten Körpers. Dr. Beach spricht in dem Zusammenhang von einer instinktiven, natürlichen und ausgewogenen Arbeitshaltung oder auch Referenzhaltung. Er nennt sie instinktiv, weil alle Menschen bei Präzisionsarbeiten automatisch und unbewusst diese Haltung einnehmen. Natürlich ist sie deshalb, weil die Voraussetzungen für diese Haltung physiologisch und anatomisch (Skelettstruktur, Muskeltonus) festgelegt sind. Ausgewogen ist die Haltung, weil die Kräfte der Schwerkraft hier in einem stabilen Gleichgewicht sind.

## Die Referenzhaltung

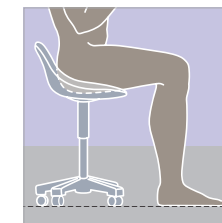
- Sitzende Körperhaltung, Sitzhöhe auf Kniehöhe
- Die Füße stehen flach auf dem Boden, die Unterschenkel sind in einer vertikalen Position, die Oberschenkel sind leicht geneigt und bilden einen Winkel von ca. 30°
- Die Längsachse des Torsos ist aufrecht
- Oberarme und Ellbogen folgen der Schwerkraft und hängen locker herab, die Ellbogen stehen nicht ab und der Unterarm ist vor dem Körper
- Die Fingerspitzen befinden sich am Behandlungspunkt in der mittleren Sagittalebene, in der Höhe des Herzens
- Der Kopf ist leicht nach vorn geneigt, die Interpupillar-Linie ist horizontal ausgerichtet



Bei der Blickrichtung geradeaus liegt die Blicklinie in der Horizontalen



Bei der Ausführung von präzisen Arbeiten liegt die Blicklinie ca. 80° unter der Horizontalen



Die Oberschenkel sind leicht geneigt, die Unterschenkel sind in vertikaler Position

## Ihrem Rücken zuliebe

Trainieren Sie mit lediglich vier Teilnehmern in exklusiver Runde – individuell und effektiv. Sichern Sie sich schon jetzt Ihre Teilnahme!

# TERMINE 2010

## Köln, Sivan Ates

- 26. – 27. März
- 9. – 10. Juli
- 20. – 21. August
- 22. – 23. Oktober

## Neuweiler, Thomas Rethfeldt

- 19. – 20. März
- 18. – 19. Juni
- 17. – 18. September
- 10. – 11. Dezember

## Dessau, Dr. Christoph Huhn

- 19. – 20. März
- 30. – 1. April/Mai
- 12. – 13. November
- 26. – 27. November

## Nürnberg, Dr. Schloss & Dr. Wollner

- 23. – 24. April
- 18. – 19. Juni
- 24. – 25. September
- 19. – 20. November

## Ingolstadt, Dr. Matthias Hoffmann

- 16. – 17. Juli
- 15. – 16. Oktober

# TRAINER