



**Freier Verband  
Deutscher  
Zahnärzte e.V.**

Ihre Interessenvertretung  
politisch - fachlich - wirtschaftlich



**GREEN  
DENTISTRY**

R - Regeln als Leitfaden für einen nachhaltigen Umgang mit Ressourcen

Rethink

Refuse

Recover

Reduce

Recycle

Repair

Rot



## Umweltschonend unterwegs

- ☀️ möglichst viel zu Fuß erledigen
- ☀️ für weitere Strecken das Fahrrad nutzen
- ☀️ ÖPNV
- ☀️ Bezuschussung eines ÖPNV-Tickets für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
- ☀️ Dienst-Fahrrad
- ☀️ Link auf der Homepage, wie Praxis mit ÖPNV oder Fahrrad zu erreichen ist
- ☀️ Kongresse, Seminare und andere berufliche oder private Reisen mit ÖPNV
- ☀️ E-Bikes
- ☀️ Ladeplätze für E-Mobilität einrichten
- ☀️ E-Bike für Mitarbeiter anbieten
- ☀️ überdachte, beleuchtete, abschließbare Fahrradstellplätze an der Praxis
- ☀️ Job-Ticket für Mitarbeiter einführen
- ☀️ Fahrgemeinschaften bilden
- ☀️ unnötige Patientenwege vermeiden (z.B. Wiederholungsrezept)
- ☀️ Heimarbeitsplätze für Mitarbeiter ermöglichen (z.B. Abrechnung)



## Energie sparen

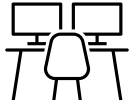
- ☀️ auf Ökostrom setzen
- ☀️ Energiesparlampen installieren
- ☀️ beim Kauf auf stromsparende Produkte achten: „Energieverbrauchskennzeichnung“
- ☀️ in unbenutzten Räumen das Licht ausschalten
- ☀️ Geräte, die im Standby stehen, komplett ausschalten
- ☀️ Bewegungsmelder verwenden
- ☀️ über Nacht den Strom in der Praxis zentral abschalten
- ☀️ Master-Slave-Steckdosen / Hauptschalter
- ☀️ sparsame Beleuchtung
- ☀️ bei neuen Geräten auf Energieverbrauch achten
- ☀️ wiederaufladbare Akkus statt Batterien verwenden
- ☀️ Solar-(thermische) Anlagen
- ☀️ Raumtemperatur vermindern
- ☀️ Nachtabenkung tagsüber
- ☀️ Stoßlüften
- ☀️ Solarunterstützung

- ☼ Dämmung / Dachbegrünung
- ☼ Fenster abdichten
- ☼ Smarte Heizsteuerung installieren
- ☼ Heizungsluft sollte frei zirkulieren können
- ☼ ältere Geräte durch neuere, energiesparende Modelle ersetzen
- ☼ Absenkung um ein Grad = 1/6 weniger Kosten
- ☼ Lüftung mit Wärmetauscher und Wärmerückgewinnung
- ☼ Heizkörper entlüften / reinigen
- ☼ Kochen mit passendem Deckel und passender Herdplatte
- ☼ Restwärme nutzen (Backofen)
- ☼ Wasser im Wasserkocher erwärmen
- ☼ regelmäßiges Abtauen (Kühlschrank, Gefrierschrank)



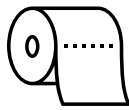
### Wasser sparen

- ☼ Wasserstrahl nicht mit vollem Druck einstellen
- ☼ Wasser während des Einseifens der Hände abstellen
- ☼ tropfende Wasserhähne schnell reparieren
- ☼ wenn möglich kaltes Wasser verwenden
- ☼ Wassersparköpfe einbauen
- ☼ Durchlaufbegrenzer
- ☼ Regenwasser für Toilettenspülung nutzen
- ☼ Spartaste an Toilette installieren
- ☼ Handlufttrockner statt Handtücher verwenden
- ☼ Ökoprogramm des Geschirrspülers nutzen
- ☼ digitales Röntgen
- ☼ Zeitschaltuhr für Untertischgeräte
- ☼ beim Kochen nur so viel Wasser erhitzen wie nötig
- ☼ Toilettenspülkasten verkleinern
- ☼ Waschmaschine und Geschirrspüler erst einschalten, wenn voll beladen
- ☼ Lieber Geschirrspüler verwenden statt Abwasch von Hand



## Nachhaltige Möbel kaufen

- ☀ am besten keine neuen Möbel kaufen
- ☀ Secondhand, ebay-Kleinanzeigen
- ☀ Upcycling
- ☀ bei neuen Möbeln auf Gütesiegel wie BLAUER ENGEL achten
- ☀ Forest Stewardship Council FSC Holz aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern



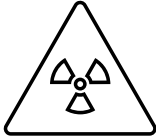
## Papierverbrauch reduzieren

- ☀ Recyclingpapier: Umschläge, Faxpapier, Praxisflyer, Visitenkarten, Briefbögen
- ☀ doppelseitiges Bedrucken
- ☀ Direktrecycling-Papier:
  - ☀ - ohne H<sub>2</sub>O
  - ☀ - ohne Bleich-, Bindemittel
- ☀ Toilettenpapier / Papierhandtücher
- ☀ Lesezirkel Wartezimmer (Transport, Müll, Hygiene) digital
- ☀ „Schmierpapier“
- ☀ Tonerverbrauch senken
- ☀ Werbung reduzieren, Aufkleber auf Briefkasten
- ☀ Kataloge abbestellen
- ☀ Papier-basierte Prozesse digitalisieren
- ☀ Terminerinnerung per Mail senden
- ☀ Online-Banking



## Auf digitale Kommunikation setzen

- ☀ reduziert Papier
- ☀ digitale Rechnungsstellung und Versand (mit E-Health-Gesetz seit 2016 möglich)
- ☀ Zustimmung des Patienten
- ☀ Verschlüsselungsprogramm
- ☀ spart Zeit und Portokosten
- ☀ Stärkung der Marke „umweltbewusste Praxis“
- ☀ KIM nutzen, um Befunde und Arztberichte zu übermitteln und empfangen



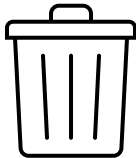
## Digitale Röntgentechnologie

- ☼ kein Lagern und Entsorgen von umweltschädlichen Chemikalien
- ☼ ohne zusätzlichen Transport lassen sich die Röntgenbilder an mit- und weiterbehandelnde Ärztinnen und Ärzte versenden
- ☼ Archivierung ist platzsparend
- ☼ spart Wasser



## Digitale Abformtechnik

- ☼ keine Entsorgung von Abformmaterialien und Gipsmodellen
- ☼ kein Transport zum Labor
- ☼ Visualisierung unterstützt bei Patientenaufklärung
- ☼ Patient kommt mit weniger Terminen aus



## Abfallmanagement

- ☼ Großgebäude nutzen
- ☼ Regionale Anbieter
- ☼ Sammellieferungen
- ☼ biologisch abbaubare Desinfektionsmittel
- ☼ Seifen und Reinigungsmittel möglichst nachfüllbar
- ☼ Müll sortenrein trennen
- ☼ Bioabfälle getrennt sammeln
- ☼ Müllbeutel aus Zellulose
- ☼ keine Kapsel-Kaffeemaschinen
- ☼ Getränkekästen Glasflaschen



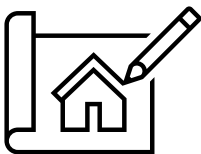
## Praxisklima

- ☀ Gebäudedämmung (Dach, Wände, Fenster)
- ☀ Dachbepflanzung
- ☀ Fassadenbegrünung
- ☀ Klimaanlage sparsam einsetzen
- ☀ wärmedämmende Folie an den Praxisfenstern
- ☀ natürliche Fußböden (Kork, Linoleum)
- ☀ Sonnen-, Wärmeschutz am Fenster



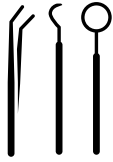
## Photovoltaik

- ☀ rechnet sich, je mehr Strom man selber nutzt
- ☀ am besten Südausrichtung, Dachneigung 30-50 Grad
- ☀ Überschuss ins Netz einspeisen
- ☀ Förderprogramme z.B. KfW oder einzelner Bundesländer
- ☀ Warmwasseraufbereitung
- ☀ Cave: Gewerbesteuererklärung



## Neubau

- ☀ ökologisches Bauen
- ☀ Passivhaus, Niedrig-Energie-Haus
- ☀ Natur-Baumaterialien
- ☀ Geothermie
- ☀ Solar- /Photovoltaik
- ☀ Brauchwasserzisterne
- ☀ Fassadenbegrünung zur natürlichen Klimaregulation
- ☀ Hauptschalter
- ☀ Dusche für Mitarbeiter, die mit dem Fahrrad zur Arbeit kommen



## Materialverwaltung

- ☼ Materialverbrauch optimieren
- ☼ Liste mit Verfallsdaten erstellen und damit Vorratshaltung optimieren
- ☼ bedarfsorientierte Lagerbestände
- ☼ Papierklebeband
- ☼ Einweginstrumente meiden
- ☼ Instrumente wiederaufbereiten
- ☼ Zylinderampullen bei der Anästhesie wählen statt Einmalspritzen
- ☼ Müll vermeiden
- ☼ Verpackungsmüll reduzieren
- ☼ Großpackungen bestellen, reduziert Verpackungsmüll
- ☼ auf umweltfreundliche Verpackungen achten
- ☼ nachhaltige Berufsbekleidung einkaufen
- ☼ Berufsbekleidung vor Ort einkaufen
- ☼ biologisch abbaubare Desinfektions- und Reinigungsmittel verwenden
- ☼ biologisch abbaubare Einmalhandschuhe verwenden (z.B. Kimtech)
- ☼ Lieferanten nach Nachhaltigkeitsaspekten auswählen
- ☼ Dentalhersteller nach Nachhaltigkeitsaspekten auswählen
- ☼ Einkaufspartnerschaften eingehen
- ☼ Handtücher aus Stoff als Patientenserviette verwenden
- ☼ Patienten bitten, Gästehandtuch von Zuhause mitzubringen
- ☼ Speichelzieher aus Maisstärke verwenden
- ☼ chirurgische Sauger als Alternative zum Speichelzieher einsetzen
- ☼ Aufbereitung: nur Medizinprodukte sterilisieren, bei denen das vorgeschrieben ist
- ☼ zahntechnisches Labor in der Nähe wählen und möglichst wenige Fahrten von/zum Labor



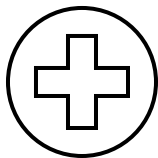
## Alternative Mundspülbecher

- ☼ Ca. 10.000 Becher im Jahr
- ☼ Becher aus Edelstahl oder Glas als Alternativen, müssen für RDG zugelassen sein
- ☼ Patienten bitten, eigenen Spülbecher mitzubringen
- ☼ Pappbecher meist beschichtet und somit im Hausmüll zu entsorgen
- ☼ beim Umweltamt klären, ob Pappbecher im Papiermüll entsorgt werden dürfen
- ☼ Behandlung ohne Mundspülung (alternativ: suffiziente Absaugung) durchführen
- ☼ Patienten bitten, Mundspülglas von zu Hause mitbringen
- ☼ Becher aus recyceltem Material verwenden



## Präventive Zahnheilkunde

- ☼ Praxisabläufe strukturieren
- ☼ Kontaminationen vermeiden
- ☼ Absaugtechnik optimieren
- ☼ möglichst mit großem, aufbereitem Sauger arbeiten
- ☼ Tropftechnik
- ☼ Größe der Applikatoren
- ☼ eine Hand von vier bleibt kontaminationsfrei
- ☼ geräuscharm arbeiten
- ☼ Prävention vor Restauration
- ☼ biologische Professionelle Zahnreinigung
- ☼ Strukturert so lange wie möglich z.B. Hemisektion
- ☼ Fluorid-Applikation
- ☼ PZR
- ☼ zentraler Amalgamabscheider
- ☼ ggfs. ganz auf Amalgam verzichten
- ☼ Polierpasten ohne Mikroplastik
- ☼ Langlebigkeit bei Versorgungen und Zahnersatz
- ☼ Wasserfilter und Luftfilter einbauen zur Schadstoffminimierung
- ☼ Narkosegas-Emissionen beschränken durch Absauganlagen
- ☼ Mitarbeiter motivieren und einbinden



## Aufklärung

- ☼ Patienten zu persönlichen gesundheitlichen Vorteilen einer klimafreundlichen Lebensweise aufklären, z.B. durch Auswahl des Lesestoffes im Wartezimmer

<https://www.fvdz.de/politik/fachthemen/green-dentistry>