



Auflage: 1. Auflage 2020
Einband: Amary Box, Laufzeit: 38 Min.
ISBN: 978-3-86867-401-9
Artikelnr.: 30243
Erschienen: 06/2020

Preis 24,80 €
Änderungen vorbehalten!

Quintessenz Verlags-GmbH

📍 Ifenpfad 2-4
12107 Berlin
Deutschland

📞 +49 (0) 30 / 76180-5

📠 +49 (0) 30 / 76180-680

✉ info@quintessenz.de

🌐 <https://www.quintessence-publishing.com/deu/de>

Produkt-Information

Autoren: Peter Fischer
Titel: 10 Rücken-Fit-Basics für das zahnärztliche Team
Untertitel: 10 einfache Schritte für Ihre dauerhafte Rückengesundheit
Kurztext:

Alle Filme der DVD können Sie auch ohne Abspielgerät online schauen – ein Zugangscode ist enthalten!

Sie haben keine Lust, nach einem Behandlungstag viele Übungen für Ihre Wirbelsäule zu machen, und wollen trotzdem fit bleiben? Sie können diesem Ziel einen guten Schritt näherkommen, wenn Sie die Rücken-Fit-Basics dieser DVD anwenden. Setzen Sie jede Woche einen Schritt des Rücken-Fit-Programms in Ihrem Behandlungsalltag um, dann lösen sich viele haltungsbedingte Probleme von allein oder entstehen erst gar nicht. Die DVD enthält 38 Minuten Filmmaterial zu 10 Rücken-Fit-Basics, mit denen Zahnärzt*innen und zahnmedizinische Fachangestellte ihre Rückengesundheit im Praxisalltag verbessern und erhalten können:

- Neutraler Bewegungsspielraum
- Der passende Arbeitsstuhl
- Rückengerechte Einstellung der Behandlungseinheit
- Minimales Drehmoment
- Abstützung der Hände und manuelle Einstellung des Patientenkopfs
- Dynamische Haltung, Pausen und Abwechslung
- Entspannung
- Feedback durch Kollegen, Physiotherapeuten, Lupenbrille, Selbsttests oder einen Haltungstrainer
- Gutes Equipment
- Gut zu sich und anderen sein

Außerdem erhalten Sie einen Zugangscode, der Sie berechtigt, alle Videos auch ohne Abspielgerät (DVD-Player u. a.) online auf der Website www.zahnarzt-rueckenfit.de anzuschauen.

Der Autor

Peter Fischer ist Physiotherapeut, Doctor of Physical Therapy (www.usa.edu), und beschäftigt sich seit 30 Jahren mit der Prävention und Eigentherapie von Wirbelsäulenbeschwerden. Ein Schwerpunkt seiner Arbeit ist die Wirbelsäulengesundheit von Zahnärzt*innen und ZFAs. Dazu veranstaltet er seit 2001 bundesweit regelmäßig Kurse und Seminare in Zahnarztpraxen, bei KZV-Veranstaltungen, für zahnärztliche Arbeitsgruppen, bei Dentalherstellern oder Dentaldepots sowie für die Zahnmedizinierenden in der Zahnklinik Tübingen.

Fachgebiet(e): Praxisteam, Physiotherapie, Ratgeber Gesundheit & Medizin