

# praxis

Fachinformation für (Zahn-)Medizinische Fachangestellte



**MFA-/ZFA-Wochen 2022**  
Anmeldung ab sofort möglich

# UMFRAGE

JETZT MITMACHEN!

WELCHES **THEMA**  
INTERESSIERT SIE  
BESONDERS?

SIE MÖCHTEN MEHR ZU EINEM BESTIMMTEN THEMA  
IM **praxis**-MAGAZIN LESEN? SIE HABEN KONKRETE FRAGEN ODER  
WÜRDEN GERNE SELBST ZU WORT KOMMEN UND IM MAGAZIN  
ERSCHEINEN?

DANN SCHREIBEN SIE UNS! WIR FREUEN UNS ÜBER EINE E-MAIL AN:  
[KOMMUNIKATION@UKAACHEN.DE](mailto:kommunikation@ukaachen.de)

WIR GREIFEN IHRE IDEEN GERNE AUF!

**UNIKLINIK  
RWTHAACHEN**



MFA-/ZFA-  
**Wochen**



## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Uniklinik RWTH Aachen **Verantwortlicher:** Dr. Mathias Brandstädter **Redaktion:** Dr. Mathias Brandstädter, Sandra Grootz, Melanie Juchem, Doreen Mießen, Michaela Mütter, Jan Pfetzing, Florian Schaefer, Jana Schruff **Satz und Layout:** Jan Pfetzing **Fotos:** Uniklinik RWTH Aachen, Adobe Stock, Fotolia **Druck:** Hausdruckerei Uniklinik RWTH Aachen **Anschrift der Redaktion:** Redaktion Uniklinik RWTH Aachen, Pauwelsstraße 30, 52074 Aachen **E-Mail:** [kommunikation@ukaachen.de](mailto:kommunikation@ukaachen.de)

**4**

**MFA-/ZFA-Wochen 2022**  
Anmeldung ab sofort möglich

**6**

**Corona: Ausblick auf den Herbst**  
Neuigkeiten zur MFA-/ZFA-Prämie und zur vierten Impfung

**8**

**MFA-/ZFA-Homepage im neuen Design**  
Der Weg zu wichtigen und praxisbezogenen Informationen

**9**

**Extrem belastet**  
Fachkräftemangel bei Medizinischen Fachangestellten

**11**

**Energie sparen in der Praxis**  
Tipps zur Kostensenkung

**12**

**Quereinstieg als MFA**  
Wissenswertes zur Umschulung

**13**

**Konflikte konstruktiv lösen**  
Tipps für die Konfliktlösung

**14**

**Pilzsaison gestartet**  
Zwischen Gaumenfreude und Vergiftung

**15**

**Fit im Winter**  
Hintern hoch trotz Regen und Kälte

# Aachener MFA-/ZFA-Wochen im November 2022

Anmeldung ab sofort möglich

An vier Terminen, jeweils mittwochs von 17:00 bis 18:00 Uhr, laden wir in diesem Jahr medizinische und zahnmedizinische Fachangestellte in das CT<sup>2</sup> Center for Teaching and Training an der Uniklinik RWTH Aachen zu einem Vortragsabend ein.

Vielleicht hatten Sie sich nach zwei Jahren coronabedingter Zwangspause schon wieder auf den MFA-Tag der Uniklinik RWTH Aachen gefreut? Wir uns auch! Doch ab dem 1. Oktober gelten für Sie in den Arztpraxen wie auch für uns als Uniklinik laut Infektionsschutzgesetz weiterhin viele Regeln, die den MFA-Tag in der altbewährten Form unmöglich machen. Daher bieten wir Ihnen in diesem Jahr stattdessen erneut die Aachener MFA-/ZFA-Wochen an, die 2021 erstmalig stattfanden und sehr gut angenommen wurden.

Hierzu laden wir medizinische oder zahnmedizinische Fachangestellte an vier Terminen im November, jeweils mittwochs von 17:00 bis 18:00 Uhr, zu interessanten Vortragsabenden in das CT<sup>2</sup> Center for Teaching and Training in der Forckenbeckstraße 71 ein. Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, bitten wir um Anmeldung über unser Anmeldeformular auf [www.mfa-zfa-aachen.de](http://www.mfa-zfa-aachen.de).

Wir freuen uns, Sie bei den Aachener MFA-/ZFA-Wochen begrüßen zu dürfen.

## Kontakt

Sie haben Fragen oder Anregungen? Dann melden Sie sich gerne bei unserem Ansprechpartner für Praxen:

Florian Schaefer  
Praxiskommunikation  
Tel.: 0241 80-88067  
Fax: 0241 80-3388067  
flschaefer@ukaachen.de

Um Anmeldung wird gebeten und ist ab sofort möglich auf:

[www.mfa-zfa-aachen.de](http://www.mfa-zfa-aachen.de)

Anmeldeschluss ist jeweils Montag vor der Veranstaltung.

Angemeldete MFA/ZFA bekommen nach der Fortbildung ein Teilnahmezertifikat zugeschickt. Die Veranstaltungen finden unter den aktuell geltenden Hygienevorschriften statt.

Einen Rückblick auf die Aachener MFA-/ZFA-Wochen 2021 finden Sie auf [www.mfa-zfa-aachen.de](http://www.mfa-zfa-aachen.de) oder scannen Sie einfach den QR-Code.



## Unsere Themen im Überblick



**Mittwoch, 02.11.2022: Polypharmazie**

Univ.-Prof. Dr. med. Julia C. Stingl, Direktorin des Instituts für Klinische Pharmakologie



**Mittwoch, 09.11.2022: Umgang mit älteren/dementen Patientinnen und Patienten**

Dr. med. Dipl.-Ing. (BA) Thea Laurentius, Oberärztin der Klinik für Altersmedizin (Med. VI)



**Mittwoch, 16.11.2022: Selbstfürsorge**

Frauke Hombrecher, M. A., Fort- und Weiterbildungsakademie der Personalentwicklung, GB-Personal



**Mittwoch, 23.11.2022: Gesundheitskiosk**

Elif Tunay-Cot, Leiterin des ersten Gesundheitskiosks in der StädteRegion in den Aachen-Arkaden

Neuer  
Veranstaltungsort:  
CT<sup>2</sup> Center for  
Teaching and  
Training

## Corona-Ausblick: Was erwartet uns im Herbst?

Die Corona-Sommerwelle neigt sich dem Ende – laut dem Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach sei dies Grund zur Freude, doch keineswegs eine Entwarnung. Expertinnen und Experten rechnen im Herbst mit einem erneuten Anstieg der Infektionszahlen, da das Leben dann wieder verstärkt in Innenräumen stattfinden wird. Es werde daher sicherlich neue Corona-Auflagen, aber auch neue Omikron-Impfstoffe geben.

Die vergangenen Winter waren von stark ansteigenden Infektionszahlen geprägt. Auch in diesem Jahr werden Herbst- und Winterwellen erwartet. Eine genaue Vorhersage, wie stark diese ausfallen, ist nicht möglich, da es von der vorherrschenden Virusvariante und deren Eigenschaften abhängt. Doch eines ist sicher: Die Ausgangslage hat sich im Vergleich zu den beiden Vorjahren verändert. Durch den hohen Immunisierungsgrad der Bevölkerung sowie das derzeitige Auftreten von Virusvarianten mit verringerter Krankheitslast besteht für viele Menschen ein geringeres Risiko, schwer zu erkranken – das gilt vor allem für die jüngeren Bevölkerungsgruppen.

Allerdings müssen sich das Gesundheitswesen und weitere Sektoren des öffentlichen Lebens sowie die Bevölkerung darauf einstellen und vorbereiten, dass SARS-CoV-2 und andere Atemwegsinfektionen im Herbst und Winter 2022 saisonal bedingt zunehmen werden. Grund dafür ist die fortschreitende Virusevolution, die verbleibende Immunitätslücke und die abnehmende Immunität im Laufe der Zeit. Inwieweit die neuen Virusvarianten Einfluss nehmen werden, ist zum jetzigen Zeitpunkt noch unklar.

### FORTENTWICKLUNG DES INFektionSSCHUTZGESETZES

Die Bevölkerung ist durch zwei Jahre Pandemie geprägt. Die herrschende Informationsflut, aber auch persönliche Erfahrungen mit COVID-19 und der Impfung wirken sich auf die Wahrnehmung aus. Mittlerweile wird die Corona-Situation durch die geringere Krankheitslast der Omikron-Variante

im Vergleich zur Delta-Variante und dem höheren Immunisierungsgrad als nicht mehr so riskant für die Gesundheit angesehen. Dadurch sinkt die persönliche Bereitschaft für freiwillige Schutzmaßnahmen wie das Abstandhalten und das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes deutlich. Zudem sind Booster-Impfungen derzeit weniger nachgefragt.

Neuregelungen des Infektionsschutzgesetzes, das zum 1. Oktober in Kraft tritt, sollen den Spagat zwischen größtmöglicher Wahrung der Freiheitsrechte und gleichzeitig notwendiger Schutzmaßnahmen schaffen. Das Infektionsschutzgesetz sieht ein Zweistufenkonzept mit Maskenpflicht, Tests, Abstandsgeboten und Personenobergrenzen vor. Die Regeln der ersten Stufe räumen den Bundesländern die Möglichkeit ein, weitere Auflagen wie das Tragen von Atemschutzmasken in Innenräumen zu erlassen. Die zweite Phase tritt nur im Fall einer besonders bedrohlichen Entwicklung der Ansteckungen ein. Sie ermöglicht einen Wegfall von Ausnahmen und einen Erlass von Obergrenzen für Versammlungen. Lockdowns, Schul- und Betriebsschließungen sowie Ausgangssperren sollen in beiden Phasen ausgeschlossen sein. Das Impfschutzgesetz enthält ebenfalls Regelungen für die Impfkampagne mit neuen Impfstoffen.

### VIERTE IMPFUNG NUR FÜR BESTIMMTE GRUPPEN EMPFOHLEN

Das Virus verändert sich und kann dem aufgebauten Immunschutz teilweise ausweichen. Durch die Anpassung an Omikron-Viren soll der Impfstoff besser mit den tatsächlich zirkulierenden Viren übereinstimmen. Das Bundesgesundheitsministe-

rium erwartet, dass die verschiedenen angepassten Impfstoffe alle im Herbst zur Verfügung stehen werden. Welche Bevölkerungsgruppen zuerst einen Zugang zu den angepassten Impfstoffen erhalten werden, muss noch geklärt werden.

Bisher war eine dritte Impfung, die sogenannte Booster-Impfung, der beste Schutz vor einem schweren Krankheitsverlauf. Doch gerade ältere Menschen oder immungeschwächte Menschen benötigen eine vierte Impfung, um auf diese Schutzwirkung zu kommen. Daher empfiehlt die Ständige Impfkommission für bestimmte Personengruppen schon jetzt eine zweite Corona-Auffrischungsimpfung mit den bisherigen oder neuen Impfstoffen. Dazu zählen Menschen über 60 Jahren, Bewohner von Alten- und Pflegeheimen sowie immungeschwächte Men-

schen ab fünf Jahren. Ebenso greift die Empfehlung für Beschäftigte in Gesundheits- und Pflegeeinrichtungen insbesondere mit direktem Patientenkontakt. Bei ihnen soll die erneute Auffrischungsimpfung frühestens sechs Monate nach der ersten Booster-Impfung verabreicht werden.

### MASKEN UND ABSTAND WEITERHIN SINNVOLL

Das Virus ist auch weiterhin überall anzutreffen, sodass sich eine Infektion kaum verhindern lässt. Wer andere schützen und die eigenen Chancen auf einen leichten Verlauf verbessern möchte, sollte sich die erste oder auch zweite Booster-Impfung verabreichen lassen und vor allem bei Zusammenkünften in Innenräumen einen Mund-Nasen-Schutz tragen und sofern möglich bei Zusammentreffen vieler Menschen, ausreichend Abstand wahren.

### STEUERFREIER ARBEITGEBER-BONUS FÜR MFA

Seit März 2020 stemmen Medizinische Fachangestellte einen Großteil der Pandemie und sind sozusagen der Prellbock in den Praxen. Sie kriegen Beschwerden, Wut und Aggressionen von Patientinnen und Patienten meist als erste ab. Dieses Problem hat sich in Zeiten der Pandemie sogar verstärkt. Die Hausarztpraxen haben mit den niedergelassenen Praxen 80 Prozent der Pandemieversorgung übernommen und den Hauptteil der Impfkampagne gestemmt. Und dennoch hat sich der Gesetzgeber dagegen entschieden, den staatlichen Corona-Bonus, den Pflegekräfte in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen bekommen, auch an MFA zu zahlen und sie damit bei den staatlichen Corona-Prämienzahlungen zu berücksichtigen. Mit einem Beschluss des Deutschen Bundestags vom 19. Mai 2022 ist nun jedoch eine steuerfreie Bonuszahlung in Höhe von bis zu 4.500 Euro auch für Medizinische Fachangestellte in niedergelassenen Arztpraxen möglich. Es handelt sich hierbei um eine freiwillige Sonderleistung der Arbeitgeber. Die Steuerfreiheit für die Bonus-Zahlungen gilt bereits für den Zeitraum vom 18. November 2021 bis zum 31. Dezember 2022 und ist erstmalig bereits für den Veranlagungszeitraum 2021 anwendbar. Das bedeutet, dass auch Boni, die bereits in diesem Zeitraum gezahlt wurden, rückwirkend steuerfrei gestellt werden.

## MFA-/ZFA-Homepage in neuem Design

Mit ihrer Website für medizinische und zahnmedizinische Fachangestellte bietet die Uniklinik RWTH Aachen seit vielen Jahren eine Plattform für praxisbezogenes und medizinisches Fachwissen. Im Zuge einer Aktualisierung hat die Homepage ein neues Design erhalten. Außerdem ist sie nun integraler Bestandteil der Website der Uniklinik RWTH Aachen. Der Vorteil für Sie: Der Weg zu den Ihnen bekannten Fachkliniken und unserem Video- und Newsbereich ist buchstäblich nur noch einen Klick entfernt. Inhaltlich erwarten Sie wie gewohnt eine Bandbreite an relevanten und interessanten Informationen zu den in den ärztlichen Praxen anfallenden Themen sowie praxisorientierte Anwendungsbeispiele, die den Bezug zum Berufsalltag herstellen.

Schauen Sie doch mal vorbei!

Sie erreichen die Seiten weiterhin unter folgendem Link: [www.mfa-zfa-aachen.de](http://www.mfa-zfa-aachen.de).



## EXTREM BELASTET

Die Medizinischen Fachangestellten sind ein Aushängeschild einer jeden Arztpraxis. Sie managen den Praxisalltag und sind die erste Anlaufstelle für alle Patientinnen und Patienten. In den rund 100.000 deutschen Arzt- und Psychotherapiepraxen arbeiten mehr als 400.000 von ihnen. Doch die Suche nach Fachkräften bereitet den meisten Praxisinhabern immer größere Probleme. Sie liegen insbesondere in der unzureichenden Vergütung und einer mangelnden Wertschätzung, die viele MFA empfinden. *praxis* hat recherchiert, was dahintersteckt.



Seit 2019 zählen laut der Bundesagentur für Arbeit die MFA zu den sogenannten Engpassberufen. Bei den Ausbildungen rangiert das Berufsbild der MFA immer noch ganz oben, doch viele der jungen Leute können nicht in dem Beruf gehalten werden – die derzeitigen Arbeitsbedingungen sind allzu oft unattraktiv. Die Folge: Insbesondere Arztpraxen finden für die ambulante Patientenversorgung nur noch sehr schwierig qualifiziertes Personal. Daher müssen viele Praxen mindestens zeitweise ihr Leistungsangebot deutlich einschränken und einen Aufnahmestopp für Patientinnen und Patienten beschließen. Die Gründe für den ausgeprägten Personalmangel sehen Expertinnen und Experten vor allem in dem geringen Lohn bei einer gleichzeitig sehr hohen Arbeitsbelastung, der viele MFA ausgesetzt sind.

### CORONA HAT DIE SITUATION VERSCHLIMMERT

Seit 2020 haben deutlich mehr MFA in Umfragen angegeben, über ein Ausscheiden aus ihrem Beruf nachzudenken, denn das Arbeitspensum in den Praxen ist hoch und das Personal knapp. Nicht zuletzt hat auch Corona die Probleme verschärft: Über Monate mussten die Arztpraxen – neben dem Alltagsgeschäft – die Impfung von Millionen Menschen und die Behandlung ambulanter Erkrankter organisieren. Gerade in der Phase, als die Impfstoffe noch absolute Mangelware waren und die Nachfrage das Angebot bei weitem überschritten hatte, hatten viele MFA den „täglichen Wahnsinn“ erlebt: enormer Bürokratieaufwand, ungeduldige und frustrierte Patienten sowie ein niemals stillstehendes Telefon. Viele von ihnen sind selbst erschöpft und am Ende ihrer Kräfte. Doch ein staatlicher Corona-Bonus, den Pflegekräfte als Anerkennung für ihren Einsatz erhalten haben, blieb den MFA bislang verwehrt. Viele Ärztinnen und Ärzte zahlten daher selbstständig einen Bonus an ihre Mitarbeitenden aus der eigenen Tasche. Doch eine öffentliche Anerkennung der Leistungen der MFA in der Pandemiebekämpfung bleibt damit bis heute aus.

### PRAXEN KONKURRIEREN MIT KLINIKEN UM MFA

Nach einer Befragung des Zentralinstituts für kassenärztliche Versorgung rechnen rund zwei Drittel aller Praxen auch künftig mit weitreichenden Personalproblemen. Die befragten Ärztinnen und Ärzte gaben an, dass rund 54 Prozent ihres selbst ausgebildeten Fachpersonals in andere Berufe oder Kliniken abwandert. Schon längst setzen viele Praxen auf gewährte Sachleistungen wie die Erstattung von Kinderbetreuungskosten, Sonderzahlungen und Zuschläge, um Personal anzuwerben und zu halten. Doch die Maßnahmen reichen oft nicht aus, um Abwanderungen zu verhindern, denn die ambulante Versorgung hat einen entscheidenden Nachteil: Große Konkurrenten sind neben dem öffentlichen Gesundheitsdienst der stationäre Sektor, denn die Krankenhäuser können höhere Gehälter zahlen, weil sie – vereinfacht gesagt – im Unterschied zu den Vertragsarztpraxen bei den Krankenkassen höhere Preise pro Leistung abrechnen können. Zwar haben sich bei den MFA-Tarifverhandlungen die Parteien Ende Dezember 2020 darauf geeinigt, die Vergütung in drei Stufen bis Ende 2023 um fast 12 Prozent anzuheben, doch der Wettbewerbsnachteil für die Praxen bleibt: Ohne eine entsprechende Gegenfinanzierung können viele von ihnen solche Tarifierhöhungen kaum zahlen.

### POLITISCHE LÖSUNG ZWINGEND NOTWENDIG

An dieser Stelle ist es daher nötiger denn je, dass die Politik dringend handelt, damit der ambulante Sektor nicht seine Wettbewerbsfähigkeit verliert und die besondere Bedeutung des Berufs der MFA gewürdigt wird: Schließlich sind sie es, die auch in kritischen Situationen immer nah am Menschen arbeiten und im stressigen Praxisalltag die linke und rechte Hand des Mediziners sind. Ohne sie würde die medizinische Versorgung nicht funktionieren, denn nicht ohne Grund stehen die MFA auf den vorderen Plätzen der Berufe, denen viel Wertschätzung und Vertrauen entgegengebracht wird.



## Energiesparen in der Praxis

Strom sparen, Sprit sparen, Gas sparen – „Sparen“ hat definitiv das Potenzial, zum Wort des Jahres 2022 gekürt zu werden. Angesichts der in Deutschland vorherrschenden Preise verwundert die Bedeutung des Themas nicht, eine Trendwende ist in absehbarer Zeit nicht in Sicht. Deshalb haben der Energieexperte *Ampere* und der *Virchowbund* vier nützliche und zugleich simple Tipps ausgearbeitet, mit denen vor allem Arztpraxen ihre Energiekosten für Heizung, Strom und Gas senken und nachhaltig sparen können. *praxis* stellt die Empfehlungen vor.

### INVESTIEREN SIE IN EIN SMART METER

Das Smart Meter ist ein digitaler Stromzähler in Kombination mit einem zertifizierten Kommunikationsmodul, dem sogenannten Smart Meter Gateway. Dieses wird ans Internet angeschlossen, ermittelt den Stromverbrauch, speichert und verarbeitet die Daten und überträgt die Stromverbrauchswerte an das Energieversorgungsunternehmen – das Ablesen und die Datenübermittlung entfallen somit. Außerdem können Sie mithilfe des Smart Meters die Stromnutzung je nach Tageszeit anpassen und aktiv steuern. Netter Nebeneffekt: Neben dem Geldbeutel schonen Sie damit auch das Klima.

*Hinweis:* Als Mitglied im *Virchowbund* können Sie das individuelle Einsparpotenzial Ihrer Praxis im Messstellenbetrieb errechnen lassen. *Ampere* übernimmt für Sie auf Wunsch die Beauftragung eines Partners und kümmert sich auch um den Zählerwechsel.

### LASSEN SIE EIN ENERGIEEFFIZIENZ-MANAGEMENT UND EIN ENERGIE-AUDIT MACHEN

Eine professionelle Energiedaten-Erfassung innerhalb der Arztpraxis kann Energiefresser aufspüren und Einsparungspotentiale aufzeigen. Darüber hinaus bietet ein Energie-Audit nach DIN EN 16247 eine

gute Grundlage für die Einführung weiterführender Energieeffizienz-Maßnahmen in der Arztpraxis.

### SPAREN SIE ENERGIE DURCH EINEN REGELMÄSSIGEN ANBIETERWECHSEL

Es ist lästig, aber gut fürs Portemonnaie: Wer öfter den Stromanbieter wechselt, kann viel Geld sparen. Warum? Weil Anbieter Neukunden in der Regel mit Tarifen locken, die im ersten Jahr besonders günstig sind. Die Sache hat allerdings einen kleinen Haken: Knapp 900 Anbieter mit insgesamt rund 6.000 Tarifen machen es kompliziert, jedes Jahr den jeweils günstigsten Stromtarif zu finden, den alten Vertrag fristgerecht zu kündigen und einen neuen Vertrag abzuschließen. Finanziell lohnt sich die Mühe allerdings.

### KAUFEN SIE GEMEINSCHAFTLICH ENERGIE EIN

Wer insgesamt mehr Energie benötigt, spart Geld. Wie das geht? Mit einer Energie-Einkaufsgemeinschaft. Hierbei tun sich zum Beispiel Praxen mit Apotheken, Laboren oder anderen Unternehmen wie dem Bäcker von gegenüber zusammen. Wegen der größeren Nachfragemenge erhalten sie als gemeinschaftliche Energieeinkäufer günstigere Konditionen als Einzel-Endverbraucher.

#### Mehr erfahren

[www.virchowbund.de](http://www.virchowbund.de)  
[www.ampere.de](http://www.ampere.de)

Einfache Tipps zum **Energiesparen im Haushalt** finden Sie auf unserem MFA-/ZFA-Portal.



# Quereinstieg als MFA: Wissenswertes zur Umschulung

Medizinische Fachangestellte unterstützen Ärztinnen und Ärzte in ihrer Arbeit im Praxisalltag, können aber auch im öffentlichen Gesundheitsdienst, in Laboren oder einem Krankenhaus beschäftigt sein. Der Quereinstieg als MFA ist angesichts des Fachkräftemangels aktuell besonders gut möglich und bietet allen, die einen beruflichen Neuanfang wagen wollen, vielversprechende Zukunftsperspektiven.



## Konflikte konstruktiv lösen

Konflikte gehören in der Arztpraxis ebenso zum Alltag wie in jedem anderen Unternehmen. Leider belasten sie die Arbeitsatmosphäre und sind vor allem teuer – sie kosten Kraft, Zeit und damit letztendlich auch Geld. Obwohl sie weder wünschenswert noch nötig sind, sind Konflikte oft unvermeidbar. Denn dort, wo sich Menschen begegnen, treffen sich auch gegensätzliche Wünsche, Erwartungen und Ziele. Und nicht selten ist der Konflikt auch ein Kampf um eigene Vorteile und Ressourcen. Die Ziel muss es also sein, sie so gut und schnell wie möglich zu lösen.

Medizinische Fachangestellte sind die Schnittstelle zwischen dem ärztlichen Personal und den Patientinnen und Patienten. Sie kümmern sich typischerweise um das Praxismanagement, übernehmen die Anmeldung und die Terminvereinbarung. Sie erfüllen aber auch viele medizinische Aufgaben und unterstützen die Ärztinnen und Ärzte bei den Untersuchungen. Für den richtigen Umgang mit den Patientinnen und Patienten benötigen MFA ein gutes Gespür, um deren Anliegen und Nöten gerecht werden zu können. Zudem ist ein großes Organisationstalent wichtig, denn die zu absolvierenden Aufgaben sind sehr vielfältig und zum Teil sehr unterschiedlich.

### VORAUSSETZUNGEN FÜR DEN QUEREINSTIEG

Die reguläre Berufsausbildung als MFA dauert drei Jahre, Interessierte können den Berufseinstieg als MFA auch über eine Umschulung erreichen. Hierfür sind laut Gesetzgeber keine Vorkenntnisse beziehungsweise keine spezielle schulische oder berufliche Vorbildung erforderlich; eine bereits abgeschlossene Ausbildung mit einem anderen beruflichen Hintergrund sowie eine mehrjährige Berufserfahrung sind allerdings hilfreich. Da vor allem private Bildungseinrichtungen die Umschulungen anbieten, können die jeweiligen Voraussetzungen im Detail voneinander abweichen. Unabhängig davon sollten Bewerberinnen und Bewerber sich vorab insbesondere mit ihrer persönlichen Eignung beschäftigen und zum Beispiel durch ein Praktikum herausfinden, ob ihnen die Tätigkeit als MFA liegt und Freude bereitet.

### UMSCHULUNG: DAUER, KOSTEN UND ABLAUF

Bei der Umschulung zur MFA gilt es, Aspekte wie Dauer, Ablauf, Kosten, Inhalte, angestrebter Abschluss sowie Fördermöglichkeiten zu beachten. Die Dauer der Umschulung umfasst in der Regel nur zwei Jahre. Diese kann in Voll- und Teilzeit und bei einigen Anbietern auch berufsbegleitend absolviert werden. Die Kosten für die Umschulung belaufen sich typischerweise auf mehrere Tausend Euro. Personen, die sich für die Umschulung interessieren, sollten sich daher vorab gut über Fördermöglichkeiten des Jobcen-

ters oder der Arbeitsagentur informieren. Wird der Förderantrag genehmigt und die Notwendigkeit der Umschulung anerkannt, müssen die Kosten nicht selbst getragen werden. Die Suche nach dem passenden Anbieter für die Umschulung gestaltet sich aufgrund der großen Auswahl nicht so leicht. Eine Beratung für diese Angelegenheiten bietet die Agentur für Arbeit. Ihre Expertinnen und Experten können bei der Suche nach Anbietern, deren Angebot staatlich gefördert wird, unterstützen. In Hinblick auf die inhaltliche Ausgestaltung der Umschulung kann zwischen zwei Möglichkeiten entschieden werden: Die Umschulung kann, ähnlich einer dualen Ausbildung, in betrieblicher Form erfolgen. Häufig werden Umschulungsmaßnahmen allerdings auch außerbetrieblich absolviert und kommen so deutlich „schulischer“ daher. Die zweite Möglichkeit ist weiter verbreitet und findet im Allgemeinen in Form eines Lehrgangs in Vollzeit statt. Sie bereitet mit einem umfassenden Theorieunterricht auf die Abschlussprüfung vor. Die Praxisphasen ermöglichen es, in Arztpraxen und Kliniken das theoretisch angeeignete Wissen zu erproben und erste Erfahrungen zu sammeln. Der in der Umschulung erworbene Berufsabschluss ist daher gleichwertig zu der dualen dreijährigen Berufsausbildung – Absolventinnen und Absolventen sind also keine MFA „zweiter Klasse“.

### PERSPEKTIVEN NACH DEM ABSCHLUSS

Neben den sehr guten Aussichten auf eine Festanstellung bestehen für MFA zahlreiche Weiterbildungsmöglichkeiten. Beispielsweise können MFA eine Weiterbildung zur VERAH (Versorgungsassistent in der Hausarztpraxis) oder NÄPa (Nicht-ärztlicher Praxisassistent) in Betracht ziehen und dadurch weitere verantwortungsvolle Aufgaben übernehmen, wie etwa Hausbesuche bei Patientinnen und Patienten. Daneben bestehen unter anderem Weiterbildungsoptionen zur Abrechnungs- oder Praxismanagerin oder Fachwirtin im Gesundheits- oder Sozialwesen. MFA mit einer Hochschulzugangsberechtigung haben zudem die Möglichkeit, ein Studium im medizinischen Bereich anzuschließen.

Wenn Sie selbst zur Konfliktpartei werden, ist das meist unangenehm. Keiner liegt gerne im Klinsch mit Kolleginnen und Kollegen, Patientinnen und Patienten oder den Vorgesetzten. Außerdem behindert ein Konflikt das Weiterkommen und die Konzentration auf das Wesentliche. Versuchen Sie daher, einen Konflikt frühzeitig zu erkennen und sich Ihr eigenes Vorgehen zu überlegen. Handelt es sich um kleine Meinungsverschiedenheiten unter Kollegen oder bahnt sich eine ernsthafte Auseinandersetzung an? Je früher Sie den Konflikt ansprechen und behandeln, desto besser. Denn in der frühen Phase eines Konflikts gibt es für beide Parteien in der Regel noch ausreichenden Lösungsspielraum.

Schlecht ist, wenn ein Konflikt unterschwellig geführt wird und irgendwann eskaliert. In vielen Fällen macht es auch Sinn, einen Mediator – die Praxisleitung, eine MFA-Kollegin oder die Chefin – mit ins Boot zu holen, um zu vermitteln.

### TIPPS FÜR DIE KONFLIKTLÖSUNG

Machen Sie sich vor der Konfliktlösung folgende Punkte bewusst: Worum geht es bei dem Konflikt? Was ist das eigentliche Problem: die Sache oder die Beziehung? Was wollen Sie selbst? Was können Sie realistisch von der anderen Person erwarten? Gibt es (neue) Lösungsansätze? Und können Sie auch mit einem schlechten Ausgang des Konfliktes leben?

Gehen Sie bei der Lösung eines Konflikts wie folgt vor: Versuchen Sie, so genau wie möglich zu formulieren, was Sie stört und was das für Sie bedeutet. Sie können hierbei auch Ihre Gefühle ausdrücken. „Ich-Botschaften“ helfen

Ihnen dabei. Kontrollieren Sie Ihre Gefühle und lassen Sie sich durch Ihr Gegenüber nicht provozieren. Reagieren Sie sachlich. Wenn das schwer fällt, nehmen Sie sich Bedenkzeit und überlegen Sie sich Ihre Antwort genau. Zeigen Sie, dass Sie an einer konstruktiven Lösung interessiert sind, wenn Sie das auch wirklich möchten. Steigen Sie aktiv in den Lösungsprozess ein, machen Sie eigene Vorschläge und versuchen Sie, gegebenenfalls auch mit dem Mediator, eine gute Lösung zu finden.

Meist hilft es, wenn man im Krisen-Gespräch folgende Gesprächsregeln beherzigt:

- » Bleiben Sie ruhig und hören Sie Ihrem Gegenüber aufmerksam zu.
- » Lassen Sie Ihr Gegenüber frei sprechen und unterbrechen Sie ihn nicht. Warten Sie bis alle Argumente vorgebracht sind.
- » Zeigen Sie Verständnis für seine Seite, um eine Konfliktlösung zu ermöglichen.
- » Zeigen Sie Ihrem Gesprächspartner, dass Sie ihn richtig verstanden haben beziehungsweise überprüfen Sie die Aussagen, falls etwas unklar ist. Teilen Sie ihm dann Ihre Meinung mit.
- » Sollten Sie sich geirrt haben, geben Sie Ihren Irrtum zu. Das schafft Vertrauen.

Diese Schritte können helfen, ruhig zu bleiben und eine konstruktive Konfliktlösung zu erreichen. Generell sollten Sie Konflikte angehen und keine Angst vor ihnen haben. Denn letztendlich ermöglichen Konflikte auch immer eine Veränderung und damit im besten Fall eine Weiterentwicklung der persönlichen Beziehungen.

## Pilzsaison gestartet: Zwischen Gaumenfreude und Vergiftung

### JETZT AUF DEM NEUEN MFA-/ZFA-PORTAL ENTDECKEN

Sammeln kann man sie zwar in fast jedem Monat, die eigentliche Hauptsaison der kleinen Waldbewohner beginnt allerdings erst Anfang September: Die Rede ist von Champignon, Pfifferling und Co. Aber Achtung, nicht jeder Pilz ist bekömmlich. Wenn sich Pilzsammlerinnen und -sammler

bei feuchtwarmen Wetter in die Wälder begeben, laufen Sie Gefahr, an einen giftigen Gesellen zu geraten. **praxis** erklärt Ihnen, wie sich Pilzvergiftungen erkennen lassen und was zu tun ist, wenn das falsche Exemplar auf dem Teller gelandet ist.

Den vollständigen Artikel finden Sie auf unserem MFA-/ZFA-Portal.



## FÜR DIE KALTEN TAGE EIN KLASSIKER: DIE KÜRBISCREMESUPPE

Im Herbst haben Suppen Hochsaison! Für die cremige Suppe empfehlen wir einen Hokkaido, Butternut oder Muskatkürbis. Der Vorteil beim Hokkaido: Er lässt sich samt Schale verwenden und braucht nicht – wie bei der Zubereitung vom Butternut und Muskatkürbis – geschält werden. Während der Hokkaido einen feinen, nussigen Geschmack hat, sticht der Butternut vor allem durch sein zartes und buttriges Fruchtfleisch hervor, das die Suppe noch cremiger macht.

Das Rezept und weitere Tipps, um den Klassiker unter den Suppen für die Herbst-Saison zu verfeinern, finden Sie auf unserer MFA-/ZFA-Homepage.



## Fit im Winter Hintern hoch trotz Kälte und Regen!

Der Winter steht vor der Tür und mit ihm die kalten Tage, viel Regen und frühe Dunkelheit. Den meisten Menschen fällt es jetzt schwer, vor oder nach der Arbeit noch Sport zu treiben – vor allem draußen. Doch es bringt viele Vorteile, sich auch zu dieser Jahreszeit für Bewegung im Freien zu motivieren.

Zugegeben, den Beachbody braucht man im Winter weniger dringend als im Sommer. Aber dafür gibt es eine Reihe anderer Gründe, jetzt nicht auf Sport zu verzichten. Der Wichtigste: Sport hilft, das Immunsystem zu stärken und damit Infekten vorzubeugen. Die frische Luft kurbelt den Kreislauf an und ist gut für unsere Schleimhäute, die ansonsten viel Heizungsluft abbekommen. Zudem macht Sport gute Laune. Gerade jetzt tut jede Minute Bewegung im Tageslicht doppelt gut – solange man einige Dinge beachtet:

### DIE RICHTIGE KLEIDUNG

Je nach Wetter und Sport muss man gerade im Winter die richtige Kleidung wählen. Unverzichtbar ist Funktionskleidung, die die Feuchtigkeit vom Körper wegtransportiert. So kühlt der Körper an der kalten Luft beim Schwitzen nicht aus. Zu empfehlen ist zudem der Zwiebellook, sprich mehrere Schichten Kleidung. So können sich zwischen den Lagen schützende Wärmepolster bilden. Hände, Füße und Kopf müssen besonders vor Kälte geschützt werden: Auch hierfür gibt es atmungsaktive Mützen, Handschuhe und Sportschuhe. Wer morgens und abends unterwegs ist, sollte sich zudem mit Reflektoren, Stirnlampen oder Warnwesten ausrüsten, damit er in der Dunkelheit gut gesehen wird.

### DIE ATMUNG

Wer in der Kälte joggt oder sich anders sportlich betätigt, sollte möglichst durch die Nase atmen. Bei sehr niedrigen

Temperaturen hilft ein zusätzlicher Schutz in Form eines Tuchs oder dünnen Schals. Menschen mit Vorerkrankungen sollten vor dem Sport bei Kälte mit ihrem Arzt sprechen.

### NICHT ÜBERTREIBEN

Auch wenn Sport im Winter gesund ist – übertreiben sollte man es nicht. Bei Eis und Schnee ist die Verletzungsgefahr besonders hoch. In diesem Fall sollte man sich eine Indoor-Alternative (siehe Kasten) suchen. Ebenfalls wichtig: Wer trotz warmer Sportkleidung friert oder Probleme mit der Atmung oder seinem Kreislauf bekommt, sollte das Training abbrechen.

### INDOOR-ALTERNATIVEN FÜR UNGEMÜTLICHE HERBST- UND WINTERTAGE

**Klettern oder Bouldern** (Auch bei Höhenangst kein Problem 🧗)

**Trampolinspringen in der Halle** (Machen die Kinder gerne mit! 🤹)

**Indoor-Soccer oder Beachvolleyball** (Spaß mit Freunden und Familie 🏈)

**Fitness Apps** (Für alle, die gar nicht erst aus dem Haus möchten ... 📱)

**Fitnesskurse oder Fitnessstudio** (Hier findet jeder was! 🏋️)

**Tennis oder Badminton** (Beim Doppel bleiben auch die Kosten gering 🎾)

# DIESEN MONAT SCHON **BLUT** GESPENDET?

JETZT NOCH EINFACHER &  
SCHNELLER ZUR  
LEBENSRETTERIN WERDEN  
MIT DER

**BLUTSPENDE  
APP BALU+**

