

Moqm Dental • Type praktijk: algemene praktijk en maxillofaciale prothetiek • Geopend: mei 2022 • Aantal medewerkers: 5 • Website: www.moqm.nl

Ongeveer een jaar geleden openden Lieneke Bakker en haar vriend Thilo de Fouw de deuren van hun praktijk Moqm Dental – je spreekt het uit als Mokum Dental – aan de Van Baerlestraat in Amsterdam. 1 ding wisten ze zeker: het moest anders dan de reguliere tandartspraktijken en de dentale ketens die ze kenden.

TEKST: KAREL GOSSELINK, BEELD: MIRJAM VAN DER LINDEN

Van nul af aan opbouwen en zo de tandheelkunde herontdekken met in het bijzonder aandacht voor duurzaamheid. En dan niet alleen op het gebied van milieu, maar ook duurzaam qua teamspirit en de relatie met de patiënt. Bakker is tandarts maxillofaciale prothetiek en De Fouw praktijkmanager, verder maken een mondhygiënist en 2 assistenten deel uit van het team. Volgens de tandarts en de praktijkmanager hoeft het niet zo ingewikkeld te zijn om tot een meer duurzame praktijksetting te komen. Als je het een beetje uitzoekt en er goed over nadenkt, kun je – kwalitatief gezien – veel bereiken. En zo geschiedde.

► Vondelpark

Voor hun praktijk zochten tweetal een locatie in Amsterdam die makkelijk met de fiets en het openbaar vervoer bereikbaar moest zijn. Want vervoer per auto is verantwoordelijk voor behoorlijk wat CO₂-uitstoot. Ze vonden een verdieping in een per fiets goed bereikbaar pand aan de centraal gelegen Van Baerlestraat, met uitzicht op het Museumplein waar veel trams voor de deur stoppen. Daarna volgden de verbouwing en inrichting van de praktijkruimte. De wanden en vloeren waren al goed geïsoleerd, daaraan hoefde niet zo veel meer te gebeuren. Voor de 2 behandelkamers kozen ze bewust voor standalone units. Daarvoor hoefde geen leidingwerk te worden aangelegd wat weer bespaart op materialen en voorkomt dat er sleuven in de vloer moeten worden gefreesd. Bovendien worden deze units in Nederland geproduceerd, wat veel CO₂-uitstoot van het vervoer naar de praktijk scheelt.

Voor de overige inrichting kozen Bakker en De Fouw voor hergebruik van meubels. Zo hangen in de behandelkamers spiegels in antieke sierlijsten en staan in de wachtkamer een lekkere bank, een oude vitrinekast en 2 stoelen die ze via Marktplaats vonden. De inrichting oogt met het tweedehandse meubilair heel huiselijk. Bijzonder is ook dat een aantal schappen in de praktijk is gemaakt van stadshout uit Amsterdam. Onder meer afkomstig van een gekapte boom uit het Vondelpark. “Dat is beter dan hout van de bouwmarkt”, vindt Bakker.

Verder is er bewust voor gekozen om geen airconditioning aan te leggen. Om de behandelkamers koel te houden, worden de ramen en deuren na een behandeling tegenover elkaar opengezet. En er wordt bij de planning rekening gehouden met de temperatuur in een ruimte tijdens een bepaald dagdeel, afhankelijk van hoe de zon staat.

► Recycling

Bakker houdt de markt van tandheelkundige spullen en verbruiksmaterialen op het gebied van duurzaamheid in de gaten. Zo merkte ze een half jaar geleden op dat er micro-brushes van gerecycled plastic op de markt kwamen. Ze heeft ze meteen besteld. Inmiddels weet haar dental depot de tandarts te vinden als het om duurzaamheid gaat. Zo doet Bakker via dat depot nu mee met een pilot van een Deens bedrijf dat gebruikte mondkapjes en handschoenen inzamelt en recycleert tot nieuwe. Nadeel is weliswaar dat de materialen naar Denemarken moeten worden vervoerd, maar er zijn plannen om dit vanuit Duitsland te gaan doen. “Dat is wat anders dan dat je deze spullen helemaal uit China moet laten komen en na gebruik weggooit”, aldus De Fouw.

Momenteel is Bakker op zoek naar roestvrijstalen spoelbepers die in de thermodesinfector kunnen. Dit in plaats van de bekertjes met een plastic coating die ze nu nog gebruikt. Ze heeft het dental depot gevraagd hiernaar op zoek te gaan.

► Knobbelpatroon

Ook het team wordt actief betrokken bij het thema en ►



MOQM Mondzorg

DUURZAME MONDZORG
IN HARTJE MOKUM



Praktijk

Duurzaam

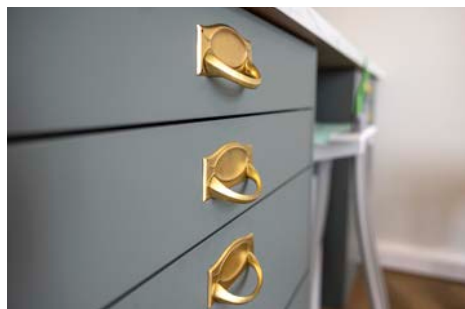


denkt mee hoe het in de praktijk beter en duurzamer kan. Regelmatig worden tijdens een teamcoachsessie de koppen bij elkaar gestoken om te sparren. Dat schept een band en geeft het gevoel dat de teamleden met z'n allen voor een duurzame invulling van de mondzorg staan zonder in te leveren op kwaliteit. Sterker nog, het voegt juist kwaliteit toe. Zo is er veel aandacht voor preventie, want het voorkomen van behandelingen is uiteindelijk het meest duurzaam. Alle patiënten gaan standaard naar de mondhygiënist, die ze middels kleuring van het gebit laat zien of ze goed poetsen en waar het nog beter kan. Verder wordt met de patiënt meegedacht over diens lifestyle in relatie tot de mondgezondheid. Zo bouw je ook een duurzame relatie met je patiënt op, meent de tandarts.

Verder kiest Bakker voor het leggen van vullingen met een goed knobbelpatroon dat past bij de articulatie en occlusie van het gebit. Die vullingen gaan lang mee, wat volgens Bakker pas echt duurzame tandheelkunde is. Ook heeft ze gekozen voor een intraorale scanner in plaats van het maken van afdrukken met alginaat. Dit is veel duurzamer, het bespaart materiaal en er zijn geen vervoersbewegingen van en naar het tandtechnisch laboratorium nodig. Bovendien werkt zo'n scanner veel nauwkeuriger. Voor het maken van bitewings is er een digitaal röntgenapparaat met een sensor in plaats van fosforplaatjes. Dit is qua tijd efficiënter, omdat de foto's direct beschikbaar zijn. Bovendien hoef je na gebruik geen hoesjes en kartonnetjes weg te gooien. En dit apparaat levert ook nog eens vlijmscherpe foto's van een hoge kwaliteit, aldus Bakker.

► Voortdurend

Bakker en De Fouw kijken positief terug op het eerste jaar van hun praktijk. Er hebben zich al meer patiënten



Duurzaam meubilair

Bij de aanschaf van meubilair kun je op verschillende manieren bijdragen aan verduurzaming. Enkele tips:

- Schaf tweedehands meubels aan of knap oud meubilair op.
- Schaf meubels aan die zijn vervaardigd van restmateriaal zoals sloophout.
- Koop meubels met een cradle-to-cradle keurmerk of gemaakt van duurzaam hout.
- Betrek een meubelmaker bij het vervaardigen van meubilair met hout uit de regio.
- Kies voor meubels die te repareren zijn en stoffering die te vervangen is.

Meer over een duurzame inrichting van de praktijk lees je in het e-boek [Duurzame mondzorgpraktijk](#).

ingeschreven dan verwacht. Deels komen die ook af op het duurzame karakter van de praktijk. Waar mogelijk gaan ze gestaag verder met verduurzamen. Dit is een doorlopend proces, waarin ze voortdurend op zoek zijn naar verbeteringen. Ze delen dit ook graag met de buitenwereld via LinkedIn en Instagram én nu natuurlijk via NT/Dentz. Tot slot wijst Bakker op het e-boek [Duurzame mondzorgpraktijk](#) van de KNMT dat ze heeft doorgenomen en wat haar bevestigde dat ze goed bezig is. 🍋