

RICHTIGE HANDHABUNG VON ALLTAGSMASKEN

Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung gehört in Zeiten der Corona-Pandemie zu den wichtigen Maßnahmen, um eine weitere Ausbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2 zu verhindern. Nach den aktuellen Erkenntnissen erfolgt die Verbreitung durch Aerosole oder Tröpfchen, die durch Husten, Niesen oder Sprechen freigesetzt werden. Alltagsmasken dienen als mechanische Barrieren, die ein Freisetzen der Sekret-Tröpfchen in die direkte Umgebung zu einem Teil aufhalten. Mund-Nase-Bedeckungen ergänzen daher die vorgeschriebenen Abstands- und Hygieneregeln. Die Schutzwirkung kann sich jedoch nur dann entfalten, wenn die Alltagsmasken richtig getragen und gereinigt werden, weshalb wir Ihnen zu Ihrem Schutz und dem Ihrer Mitmenschen hilfreiche Tipp & Tricks zum Umgang mit Mund-Nasen-Bedeckungen zur Verfügung stellen möchten:

Wann muss eine Alltagsmaske getragen werden?

Das Tragen einer Alltagsmaske wird generell dann empfohlen, wenn mehrere Menschen im öffentlichen Raum für eine längere Zeit aufeinandertreffen und die Einhaltung der Abstandsregeln nicht zuverlässig gewährleistet werden kann.

Bitte tragen Sie Ihre Mund-Nasen-Bedeckung, wenn Sie

- im öffentlichen Bereich den vorgeschriebenen Mindestabstand von 1,5 Metern zu anderen Menschen nicht einhalten können
- in geschlossenen Räumen innerhalb des öffentlichen Lebens (z.B. Wartezimmer, Friseur) den vorgeschriebenen Mindestabstand von 1,5 Metern zu anderen Menschen nicht einhalten können
- öffentliche Verkehrsmittel nutzen
- einkaufen gehen

Bitte beachten Sie dabei, dass in den verschiedenen Bundesländern auch unterschiedliche Regeln und Pflichten gelten können.

➔ Und auch wenn Sie eine Alltagsmaske tragen: Bitte achten Sie trotzdem zusätzlich auf die gültigen Abstands- und Hygieneregeln!

Was ist der Unterschied zwischen Alltagsmasken und medizinischen Masken?

Alltagsmasken werden auch Community-Masken, MNB Mund-Nasen-Bedeckungen oder DIY-Masken genannt. Diese Mund-Nasen-Bedeckungen bestehen aus Baumwolle oder anderen Stoffen und werden für den privaten Gebrauch angefertigt. Über die textilen Alltagsmasken hinaus stehen auch nicht-medizinische Einwegmasken aus papierähnlichem Vlies zur Verfügung. Das Tragen von Gesichts-Visieren wird aus wissenschaftlicher Sicht aktuell nicht als gleichwertige Alternative zur Alltagsmaske angesehen.

Bei den sogenannten FFP-Masken (Filtering Face Piece Masken) handelt es sich hingegen um partikel-filtrierende Halbmasken, die im Bereich der PSA (Persönlichen Schutzausrüstung) nach dem Arbeitsschutz Verwendung finden. Je nach Variante filtern diese Masken sowohl die eingeatmete als auch die ausgeatmete Luft und bieten neben dem Eigenschutz auch einen Fremdschutz. FFP-Masken sind – auch wegen der begrenzten Verfügbarkeit – aktuell dem medizinischen Fachpersonal sowie Rettungsdiensten und Hilfsorganisationen vorbehalten, von denen mitunter die Entwicklung der Corona-Pandemie entscheidend abhängt.

Für den privaten und beruflichen Alltag in anderen Gebieten wird im Moment das Tragen einer Alltagsmaske empfohlen. Nur in Ausnahmefällen und bei Vorliegen spezieller Erkrankungen kann der behandelnde Arzt eine anderslautende Empfehlung aussprechen.

Wie werden Alltagsmasken aufgesetzt und abgesetzt?

Bei der Handhabung von Mund-Nasen-Bedeckungen gibt es zwar nur wenige, dafür aber umso wichtigere Details zu beachten:

- Vor dem Aufsetzen einer Mund-Nasen-Bedeckung sollten die Hände gründlich mit Wasser und Seife gewaschen werden.
- Nach dem Aufsetzen der Maske muss der richtige Sitz kontrolliert werden: Die Alltagsmaske muss Mund und Nase vollständig bedecken und an den Seiten möglichst nah am Gesicht anliegen.
- Während des Tragens sollte die Alltagsmaske nicht berührt oder verschoben werden.
- Durch Eigensekrete durchfeuchtete Mund-Nasen-Bedeckungen müssen ausgewechselt werden.
- Beim Abnehmen der Alltagsmaske werden nur die seitlichen Bänder angefasst. Nach dem Abnehmen der Maske sollten die Hände erneut gründlich gewaschen werden.
- Einwegmasken müssen nach einmaligem Tragen in einem Mülleimer entsorgt werden.
- Wiederverwendbare Alltagsmasken können in einem separaten Beutel aufbewahrt werden.

Textile Alltagsmasken sollten übrigens so häufig wie möglich gewaschen werden. Je nach Material sind Wäschen in der Waschmaschine möglich. Empfohlen wird eine Waschtemperatur von 60 °Grad unter Einsatz eines Vollwaschmittels, um potenzielle Viren und Keime zuverlässig abzutöten. Nach der Wäsche sollten Mund-Nase-Bedeckungen Gelegenheit zum vollständigen Durchtrocknen erhalten, bevor sie erneut verwendet werden können.

Weitere wichtige Empfehlungen & Informationen zum Schutz vor dem Coronavirus und anderen Infektionen finden Sie auf den Seiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:

www.infektionsschutz.de

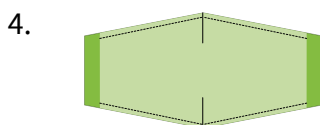
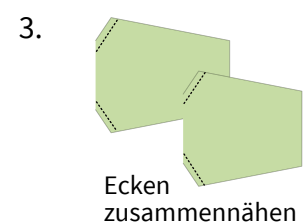
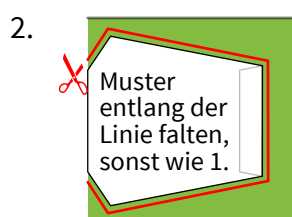
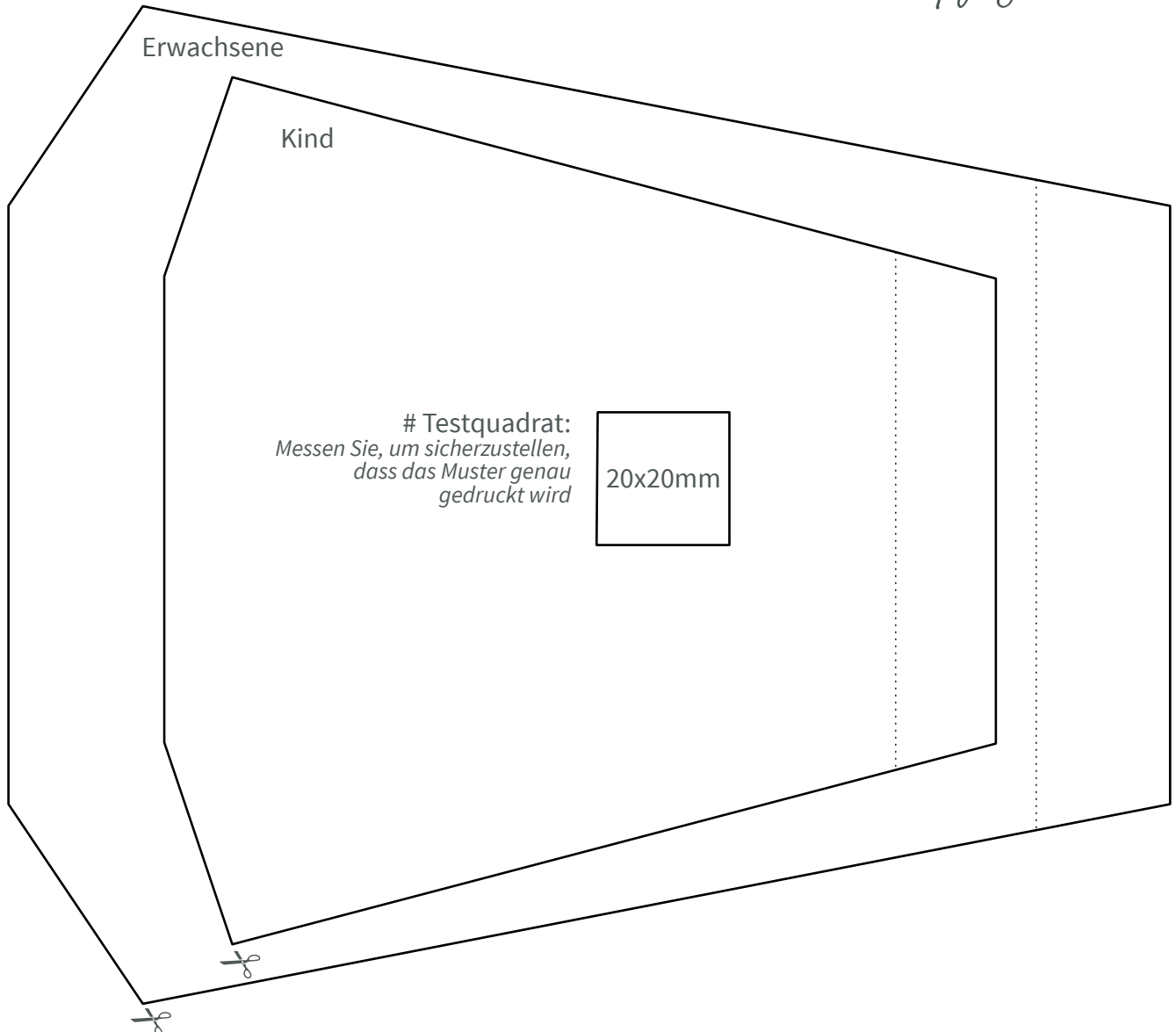
Bleiben Sie gesund!

SCHNITTMUSTER ALLTAGSMASKE VON CAREWORK

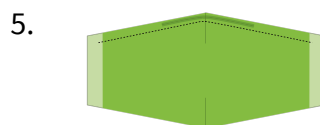
Hier möchten wir Ihnen ein Schnittmuster für eine Mund-Nase-Bedeckung zum Nacharbeiten bereitstellen.

Bitte verwenden Sie dafür einen waschbaren Baumwollstoff. Bewährt haben sich mehrschichtige Baumwollstoffe oder Mischgewebe mit Kunststoff-Fasern wie Polypropylen.

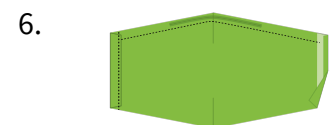




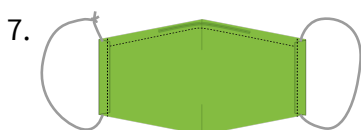
Rechts auf rechts
zusammennähen



Wenden, bügeln, Flachdraht
für die Nase innen platzieren
und oben absteppen



Kanten falten und
absteppen



Gummikordel mit einer
Sicherheitsnadel
in den Tunnel ziehen und
zusammennähen oder
verknoten

→ Tipp: Flachdraht und Gummikordel können aus einer alten Einwegmaske entnommen werden.