

# Gebrauchshinweise

## für Mund-Nasen-Masken (»Community-Masken«)



### Vor der ersten Benutzung die Maske bitte reinigen!

Dies empfehlen wir, um zu verhindern, dass eine möglicherweise bereits kontaminierte Maske benutzt wird (siehe 4.: Maske reinigen).

## 1. Maske anlegen

- **Hände gründlich** (20-30 Sekunden) **mit Seife waschen** oder desinfizieren, um beim Anziehen der Maske die Innenseite nicht zu kontaminieren.
- Gummischlaufen über die Ohren legen oder Maske mit Kopfbändern befestigen.
- **Auf eine gute Passform und Abdichtung achten:** Die Maske sollte Nase, Mund, und Kinn bedecken, durch den eingenähten Draht an die Nase angedrückt werden und an den Rändern möglichst **eng anliegen**, um das Eindringen von Luft an den Seiten zu minimieren. Gleichzeitig reduziert ein guter Sitz das Verrutschen der Maske beim Tragen.



## 2. Maske tragen

**Bitte beachten: Das Tragen einer Maske ersetzt nicht die allgemein empfohlenen Hygieneregeln: Abstand halten (mindestens 1,5 m), nicht ins Gesicht fassen, und regelmäßig Hände waschen.**

- **Berühren der Maske vermeiden**, da sowohl die Vorder- als auch die Rückseite erregert sein können. Eine Verbreitung durch Schmierinfektion kann so verhindert werden.
- **Falls die Maske doch berührt wurde:** Hände gründlich (20-30 Sekunden) mit Seife waschen oder desinfizieren.
- **Bei Durchfeuchtung sollte die Maske abgenommen und ggf. gewechselt werden.** Für diesen Fall empfehlen wir eine zweite Maske zum Wechseln dabei zu haben (siehe 3.: Maske abnehmen) und die durchfeuchtete Maske erst nach der Reinigung wieder zu verwenden (siehe 4.: Maske reinigen).



## 3. Maske abnehmen

- **Maske** möglichst nur an den **Gummischlaufen oder Kopfbändern berühren**.
- **Berühren der Maske vermeiden**, da sowohl Vorder- als auch Rückseite erregert sein können.
- Falls die Maske mit Bändern am Kopf befestigt ist, die unteren zuerst öffnen.
- Benutzte Maske möglichst in einem Beutel o.ä. luftdicht verschlossen aufbewahren und zeitnah reinigen (siehe 4.: Maske reinigen).
- **Hände gründlich** (20-30 Sekunden) **mit Seife waschen** oder desinfizieren.



## 4. Maske reinigen

- Nach jeder Benutzung oder längerer Nutzungspause
  - bei **>95°C** mindestens **5 Minuten auskochen** oder
  - bei mindestens **60°** in der **Waschmaschine waschen**.
- Anschließend **vollständig trocknen lassen** und trocken lagern um vor allem Schimmelbildung zu vermeiden.



## Wichtiger Hinweis

Selbstgemachte Masken sind nicht medizinisch geprüft oder zertifiziert. Die Anwendung liegt in der Verantwortung jedes\*r Einzelnen. Der Nutzen selbstgemachter Masken besteht am ehesten im Fremdschutz, indem die Verbreitung potentiell virushaltiger Tröpfchen vermindert wird. Tragen viele Menschen eine Maske, kann das Risiko einer Ansteckung für alle sinken. Die wissenschaftliche Evidenz für den Nutzen der Masken ist allerdings unverändert unsicher. Daher schließen wir jede Form der Haftung auch bei exakter Einhaltung der oben genannten Gebrauchshinweise aus.

Diese Gebrauchshinweise wurden inhaltlich gegengelesen von Prof. Dr. Lutz Jatzwauk, Leiter Zentralbereich Krankenhaushygiene und Umweltschutz, Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden.

Quellen: BfArM, RKI, WHO. Mehr Informationen unter: [www.maskefuerdich.de](http://www.maskefuerdich.de).

Stand: 10.04.2020