

## Merkblatt zur Verwendung einer Mund-Nasen-Bedeckung

Das Coronavirus SARS-CoV-2 wird über **Tröpfchen** sowie **Aerosole** (feinste luftgetragene Flüssigkeitspartikel und Tröpfchenkerne kleiner als fünf Mikrometer) verbreitet. Diese werden von infizierten Personen beim Husten und Niesen abgegeben oder beim Sprechen freigesetzt - auch schon bevor Krankheitszeichen vorliegen. Mund-Nasen-Bedeckungen (Alltagsmasken) können als mechanische Barriere dazu beitragen, die Verbreitung durch virushaltige Tröpfchen zu reduzieren.

Daher sind Mund-Nasen-Bedeckungen eine wichtige Ergänzung zu den Abstands- und Hygieneregeln.

### Varianten von Masken

- **Alltagsmasken, selbstgemachte oder gekaufte Stoffmasken, Schals und Tücher:**  
Sie zählen zu den einfachen Mund-Nasen-Bedeckungen (MNB) und halten einen Teil der Tröpfchen in der ausgeatmeten Atemluft auf. Sie schützen so vor allem die anderen. Hinweise zum hygienischen Umgang mit Alltagsmasken enthält die beigefügte Grafik.
- **OP-Masken/Medizinischer Mund-Nasen-Schutz (MNS):**  
Sie werden vornehmlich im medizinischen Bereich genutzt; sind aber auch in der Bevölkerung immer häufiger anzutreffen. MSN schützt – wie auch die Alltagsmasken – die Umgebung. Wer eine solche Maske einsetzt, sollte beachten, dass diese eigentlich zur Einmalbenutzung gedacht ist. Eine Mehrfachverwendung macht nur Sinn, wenn der Mund-Nasen-Schutz beim Tragen nicht verschmutzt und hygienisch gehandhabt wurde.
- **FFP-Masken:**  
Das sind zertifizierte Schutzmasken für Mitarbeiter des Gesundheitswesens, die im direkten Kontakt mit Infizierten arbeiten. FFP-Masken schützen sowohl die Träger als auch die anderen. Eine Besonderheit: Jene FFP-Masken, die mit einem Ventil ausgestattet sind, schützen nur die Verwender und nicht die anderen, denn durch sie kann die Atemluft ungehindert austreten. Sie sind folglich für die Schule nicht geeignet!  
Sowohl für OP-Masken als auch für FFP-Masken gilt, dass sie ursprünglich zur Einmalbenutzung gedacht sind. Wenn sie beim Tragen nicht verschmutzt wurden und hygienisch gehandhabt werden, ist unter Umständen eine Mehrfachnutzung möglich.

In Anlehnung an:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Praktische Tipps für die Handhabung von Mund-Nasen-Bedeckungen, 19.08.2020.  
[<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/alltag-in-zeiten-von-corona/alltagsmaske-tragen.html?L=0>, 05.09.2020]

## So tragen und pflegen Sie den Mundschutz richtig

7 Tipps, auf die man beim Auf- und Absetzen achten sollte.

1



Die Hände 20-30 Sekunden **mit Seife waschen**. Erst dann die Maske aufsetzen.

2



Die Maske muss **Nase und Mund** bedecken und generell **eng** am Gesicht anliegen.

3



Während des Tragens **nicht an die Maske fassen**.

4



Die Maske regelmäßig **tauschen**, vor allem wenn sie **feucht** ist.

5



Möglichst **vor und nach dem Ausziehen** der Maske die Hände waschen.

6



Beim Ausziehen der Maske die **Schlaufen** benutzen. Möglichst nicht die **Außenseite** anfassen.

7



Die Stoffmasken **heiß mit Seife oder Waschmittel** waschen.