

#MaskeZeigen

# Gebrauchshinweise

## für selbstgemachte, wieder- verwendbare Mund-Nase-Masken



### Was bin ich?

Ich bin eine selbstgenähte **Behelfs-Mund-Nase-Maske**. Ich bin eine **zusätzliche Maßnahme**, die andere Schutzmaßnahmen (Hände waschen, Husten- und Nies-Etikette beachten, Abstand halten, zuhause bleiben) ergänzen kann.

### Warum brauchst du mich?

Mit mir **verringerst du für andere Menschen das Risiko einer Tröpfchen-Infektion** durch dein Husten, Niesen oder Sprechen. Viele Menschen sind bereits unwissentlich infiziert, haben aber (noch) keine Symptome. Sie sind aber trotzdem ansteckend. Wenn du **in der Öffentlichkeit und beim Kontakt mit Menschen aus Risikogruppen** eine Maske trägst, schützt du also andere Menschen - und wenn die ebenfalls eine Maske tragen, schützen sie umgekehrt auch dich.

### Wie benutzt du mich?

- Maske vor dem Erstgebrauch **waschen** (bei mindestens 60°C) oder auskochen (5 Minuten in geschlossenem Topf).
- Immer vor dem Anlegen sowie vor und nach dem Abnehmen der Maske: gründlich **Hände waschen**.
- Nasendraht andrücken (falls vorhanden). Maske **über Nase und Mund** ziehen. Gummis um die Ohren legen bzw. Bänder am Oberkopf und locker im Nacken verknoten (je nach Art der Maske).
- Die Maske soll rundherum **möglichst dicht** am Gesicht anliegen, aber nicht einengen.
- Es ist normal, dass das Atmen mit Maske etwas schwerer ist als ohne. **Atemnot** sollte aber nicht entstehen! Im Zweifelsfall eine dünnere Maske nutzen bzw. ärztlichen Rat einholen.
- Beim Abnehmen **nur die Bänder/Gummis berühren**, nie die Fläche vor Nase und Mund.
- Maske bis zur Reinigung **in einen geschlossenen Behälter** geben.
- Pflege: **Nach einmaligem Gebrauch (mindestens 1x täglich)** bei mindestens 60°C **waschen** oder in einem geschlossenen Topf für 5 Minuten auskochen.

### Du willst auch eine Maske nähen?

Auf unserer Website **MaskeZeigen.de** findest du von uns getestete Näh- und Bastelanleitungen für selbstgemachte Mund-Nase-Masken, ausführliche Informationen zur sachgerechten Nutzung und wissenschaftliche Hintergründe zu Masken. Du kannst dort auch diese Gebrauchshinweise und unseren Flyer herunterladen. **Mach mit:** Nähe Masken für deine Familie, Freund:innen und andere Menschen in deinem Umfeld!



#MaskeZeigen Ich schütze dich – schützt du mich?

### Wer steckt hinter dem Projekt?

Das Team von **MaskeZeigen.de** hat sich im Rahmen des **#WirVsVirus-Hackathons** (wirvsvirushackathon.org) der Bundesregierung im März 2020 zusammengefunden. Wir arbeiten freiwillig und unbezahlt dafür, dass mehr Menschen im Alltag Masken tragen und sich diese Masken selbstermachen und weitergeben können, solange es einen Engpass bei der Versorgung mit medizinisch zertifizierten Schutzmasken gibt. So können die Profi-Masken denen vorbehalten werden, die sie am dringendsten brauchen (v. a. Krankenhauspersonal).

Haftungsausschluss / Creative-Commons-Lizenz: Das Team von MaskeZeigen.de übernimmt für die Schutzwirkung von selbstgemachten Masken keine Haftung. Keine selbstgemachte Maske ist als Medizinprodukt zertifiziert oder kommt in ihrer Schutzwirkung einer professionell hergestellten OP-Maske (medizinischer Mund-Nase-Schutz) oder einer FFP-Atmenschutzmaske gleich. Die Nutzung von selbstgemachten Masken geschieht auf eigene Gefahr. Wir haben diesen Flyer unter einer Creative-Commons-Lizenz (creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/) zur Verfügung gestellt. Die Nutzung durch andere Menschen impliziert keinerlei Qualitätskontrolle der ggf. beiliegenden, selbstgemachten Masken durch uns. Dieser Flyer darf nur Masken beigelegt werden, die kostenlos oder zum Selbstkostenpreis (reine Materialkosten + ggf. Porto und Verpackung) abgegeben werden.



Stand: 15.04.2020