

Nähanleitung Mund- und Nasen-Maske

Das brauchen Sie:

- Ein Stück Stoff 19cm x 38cm (mindestens bei 60 °C waschbar). Am besten einmal zweilagig vor den Mund halten und testen, ob Sie Luft bekommen.
 - o Baumwoll-Stoff z.B. alte Bettwäsche
- Gummi oder wenn keines zur Hand, die Bändchen aus Kleidern, die verhindern, dass sie vom Bügel rutschen. Faden geht auch.
- Draht und eine Drahtschere
- Einfassband oder dünne Stoffstreifen (ca. 4cm breit)

Nähanleitung:



Ein Stück Stoff auf 19cm x 38cm zuschneiden.

Den Stoff über einander falten. Darauf achten, dass bei gemustertem Stoff die Seite, die später außen sichtbar sein soll, nach innen gelegt wird.



Die lange Seite gegenüber der Falte zunähen.

Nähanleitung Mund- und Nasen-Maske



Danach den Stoff auf links drehen, d.h. innere Seite nach außen drehen. Ca. 0,5cm neben der bereits vorher genähten Naht nochmals zusammen nähen, so dass ein schmaler Tunnel entsteht.



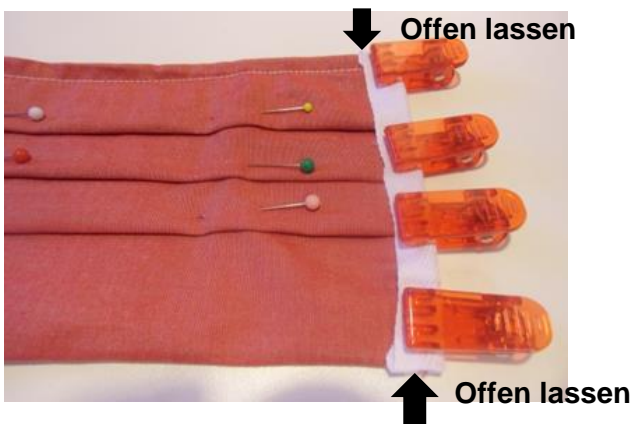
3 Falten legen, jeweils ca. 1 cm tief.

Darauf achten, dass die Falten sich nach unten öffnen, von der genähten Naht weg. Sie müssen also Richtung Kinn aufgehen.

Nach dem Legen der Falten sollte das Nähstück noch ca. 10cm breit sein.

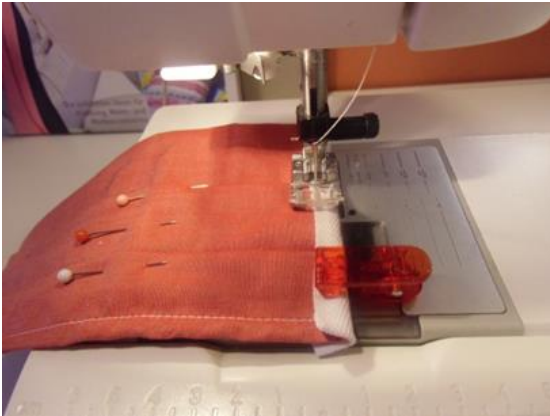


2 Stoffstreifen á 12cm zurechtschneiden. Die Streifen sollten 4cm breit sein.



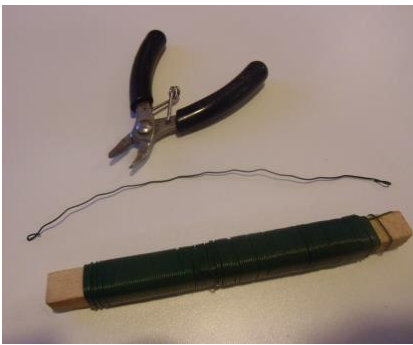
Stoffstreifen auf der rechten Seite des Nähstücks so umklappen, dass er die Vorder- und Rückseite mit je 2cm einfasst. Obere und untere Kante offen lassen.

Nähanleitung Mund- und Nasen-Maske

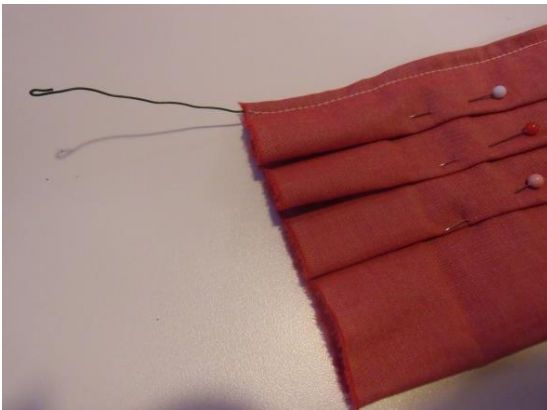


Die Stoffstreifen auf der **rechten Seite** am Nähstück festnähen. Dabei die obere und untere Kante offen lassen.

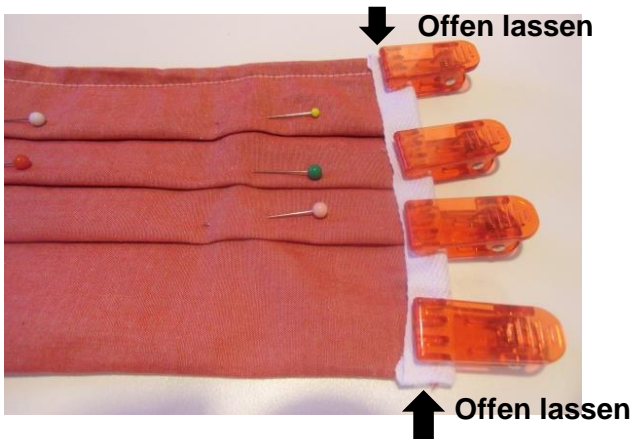
→ **Vorsicht!** Zunächst nur eine Seite mit dem Stoffstreifen einfassen.



Draht auf die Länge des Nähstücks zuschneiden. Rechts und links ein wenig umbiegen.

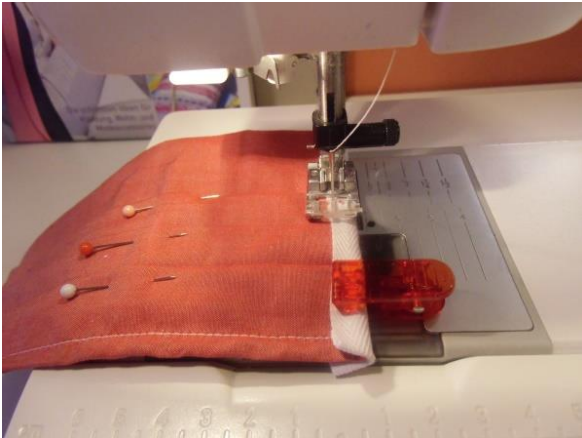


Draht von links in den oberen kleinen Tunnel einführen.



Die Stoffstreifen auf der linken Seite am Nähstück festnähen. Dabei die obere und untere Kante offen lassen.

Nähanleitung Mund- und Nasen-Maske



Die Stoffstreifen auf der linken Seite am Nähstück festnähen. Dabei die obere und untere Kante offen lassen.



Durch das Nadelöhr Gummi, Faden oder Kleiderbändchen ziehen.

Eine stumpfe Nadel nehmen, am besten eignet sich eine Stopfnadel.



Faden, Gummi oder Kleiderbändchen durch die Einfasstunnel an den Seiten ziehen. Hinter dem Ohr zusammenbinden.

Nähanleitung Mund- und Nasen-Maske



Fertig ist die Maske.

Die richtige Anwendung ist wichtig, da die Maske sonst zu einer Infektionsquelle werden kann:

- vor dem Anziehen, die Hände waschen oder desinfizieren
- Mund, Nase und Kinn mit der Maske bedecken
- Darauf achten, dass die Maske auf allen Seiten eng anliegt
- während des Tragens die Maske nicht anfassen oder verrücken, denn egal wie gut sie filtert, an der Maske sammeln sich Erreger.
- ist die Maske durch Atemluft durchfeuchtet, muss sie gewechselt werden
- Die Maske von hinten an den Trägern abnehmen. Dabei die Vorderseite nicht berühren. Danach in einen geschlossenen Behälter werfen. Anschließend die Hände waschen.
- Masken mindestens bei 60°C waschen oder 5 Minuten in kochendem Wasser auskochen