

- Nach Absetzen der Maske sollten die Hände unter Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln gründlich gewaschen werden (mindestens 20-30 Sekunden mit Seife).
- Die Maske sollte nach dem Abnehmen in einem Beutel o.ä. luftdicht verschlossen aufbewahrt oder sofort gewaschen werden. Die Aufbewahrung sollte nur über möglichst kurze Zeit erfolgen, um vor allem Schimmelbildung zu vermeiden.
- Masken sollten nach einmaliger Nutzung idealerweise bei 95°C, mindestens aber bei 60°C mit ausreichend Waschmittel gewaschen und anschließend vollständig getrocknet werden.
- Herstellerangaben, z.B. wie oft die Masken gewaschen werden können, ohne die Festigkeit und Funktionalität zu verlieren, sind zu beachten.
- Ein anschließendes zusätzliches Bügeln bei mindestens 165°C (höchste Stufe) trägt ebenfalls zur Desinfektion bei.
- Im Handel erhältliche Masken aus Papier sind Einwegartikel und können nicht gewaschen werden.

Backofen

Die Erreger von COVID-19 mögen keine Hitze. Das Erwärmen von Schutzmasken (30 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 80°C) könnte also eine Lösung sein, jedoch gibt es keine wissenschaftliche Garantie.

Auskochen

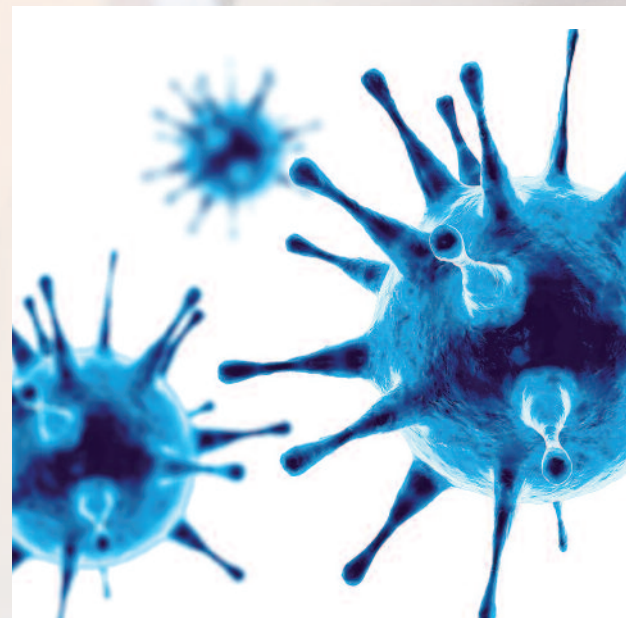
Die Maske kann mehrere Minuten in einem Topf mit Wasser ausgekocht werden, sofern das Material geeignet ist. Danach sollten Sie die Maske vollkommen trocknen lassen.

Mikrowelle

Bei ausreichender Wattzahl und Dauer, ist in Anwesenheit von Wasser(dampf) die Desinfektion einer Maske in der Mikrowelle theoretisch möglich.

Achtung: Viele Masken enthalten Metallteile. Solche Masken erzeugen Funkenschlag und sollten Sie auf keinen Fall in der Mikrowelle erhitzt werden.

Je nach Material des Mundschutzes können Auskochen, Backen oder die Mikrowelle die Schutzwirkung zerstören oder den Luftdurchtritt unmöglich machen.



- Die gängigen Hygienevorschriften, insbesondere die aktuellen Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts (RKI, www.rki.de) und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA, www.infektionsschutz.de) sind weiterhin einzuhalten.
- Auch mit Maske sollte der von der WHO empfohlene Sicherheitsabstand von mindestens 1.50 m zu anderen Menschen eingehalten werden.

Modifiziert nach: www.bfarm.de/SharedDocs/Risikoinformationen/Medizinprodukte/DE/schutzmasken.html

Wo erhalten Sie weitere Informationen?

Deutsche Atemwegsliga e. V.
Raiffeisenstraße 38
33175 Bad Lippspringe

Telefon (0 52 52) 93 36 15
Telefax (0 52 52) 93 36 16

eMail: kontakt@atemwegsliga.de
Internet: atemwegsliga.de

facebook.com/atemwegsliga.de

twitter.com/atemwegsliga

youtube.com/user/atemwegsliga



Stand: 2020 Bildquelle: Adobe Stock



Deutsche Atemwegsliga e. V.

Informationsblatt



Welche Maskenarten gibt es?

Die Übertragung des Corona-SARS2-Virus erfolgt in erster Linie über Tröpfchen, etwa beim Husten und Niesen, aber auch durch normales Atmen, bei bestimmten medizinischen oder zahnmedizinischen Maßnahmen sowie über Hände und Körperkontakt. Masken bzw. Mund-Nasen-Bedeckungen verringern die Ausbreitung dieser möglicherweise infizierten Tröpfchen.

Die Ausatemluft wird direkt und ungefiltert aus der Atemschutzmaske geleitet. Beim Einatmen bleibt die Filterleistung der FFP-Maske erhalten.

Ein Ventil schützt also nur den Träger, möglicherweise infizierte Tröpfchen werden in die Umgebung abgegeben.

Maskentyp / Eigenschaften	1. „Community-Maske“	2. Medizinische Gesichtsmaske	3. Filtrierende Halbmasken
Abkürzung/Synonym	DIY (do it yourself)-Maske, Behelfs-Mund-Nasen-Maske, Mund-Nasen-Bedeckungen (incl. Schals und Tücher)	Operations- (OP)Maske	FFP-Maske
Verwendungszweck	im Rahmen der angeordneten „Maskenpflicht“	Fremdschutz	Eigenschutz / Arbeitsschutz
Medizinprodukt bzw. Schutzausrüstung	nein	ja	ja
Testung und Zertifizierung / Zulassung	nein	ja	ja
Schutzwirkung	i.d.R. nicht nachgewiesen; durch das Tragen können Geschwindigkeit des Atemstroms und des Auswurfs (auch von Tröpfchen) reduziert werden	Schutz vor Tröpfchenauswurf des Trägers	Schutz des Trägers vor festen und flüssigen Aerosolen

Quelle: modifiziert nach: Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) <https://www.bfarm.de/SharedDocs/Risikoinformationen/Medizinprodukte/DE/schutzmasken.html>

Was bedeutet FFP?

FFP ist die englische Abkürzung für Filtering Face Piece. FFP-Masken schützen vor partikelförmigen Schadstoffen wie Staub, Rauch und Aerosol. Es gibt sie in den drei Schutzstufen FFP1, FFP2 und FFP3. Diese sind europaweit normiert. Je höher die Zahl desto höher ist die Schutzstufe.

FFP-Masken mit der Kennzeichnung "R" sind wiederverwendbar.

FFP-Masken mit der Kennzeichnung "NR" sind zum einmaligen Gebrauch für eine Schicht bestimmt. Manche FFP-Masken haben ein Ventil. Das Ventil öffnet sich beim Ausatmen. Beim Einatmen bleibt es dicht verschlossen.

Welche Masken sollen in bestimmten öffentlichen Bereichen und in Geschäften getragen werden?

Inzwischen haben alle Bundesländer die Pflicht zum Tragen von Mund-Nasen-Bedeckungen in öffentlichen Verkehrsmitteln und Geschäften eingeführt. Ziel ist, durch vorsorgliches Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung das Übertragungsrisiko zu vermindern.

Mund-Nasen-Bedeckungen ersetzen keine Hygieneregeln! Wann immer es möglich ist, hat die Abstandsregelung (mindestens 1,50 Meter) zu anderen Personen oberste Priorität. Außerdem müssen die Husten- und Niesetikette und die gute Händehygiene eingehalten werden.

Sind Masken schädlich?

Die verfügbaren professionellen Masken (FFP2, FFP3 u.a.) erhöhen den Atemwiderstand. Durch erhöhte Totraumventilation* kann der pCO₂** ansteigen. Inzwischen gibt es Studien, die zeigen, dass diese Effekte sowohl für Gesunde als auch für Patient*innen mit Asthma oder COPD im Allgemeinen nicht relevant sind.

* Totraumventilation: Luft, die zwischen Nase bzw. Mund und den Bronchiolen hin- und her geatmet wird, ohne dass diese Luft am Gasaustausch teilnimmt.

**pCO₂: Kohlendioxid-Partialdruck

Ein chirurgischer Mundschutz bzw. eine selbst hergestellte Mund-Nasen-Bedeckung sind nicht völlig dicht, so dass die oben beschriebenen Effekte noch geringer sind. Im Einzelfall (sehr schwere Erkrankung) sollte die Verträglichkeit geprüft werden.

Die Bedeckung von Mund und Nase wird eher aus psychologischen Gründen als unangenehm empfunden.

Wer muss keine Maske tragen?

Es gibt Ausnahmen von der Maskenpflicht.

Ausgenommen sind unter bestimmten Umständen Menschen, denen das Tragen einer Maske aus gesundheitlichen Gründen oder bedingt durch eine körperliche oder geistige Beeinträchtigung nicht zumutbar ist.

Dies ist in den einzelnen Bundesländern allerdings sehr unterschiedlich geregelt.

Eine Übersicht hat die Aktion Mensch veröffentlicht:

<https://www.aktion-mensch.de/corona-infoseite>

Welcher Nachweis erforderlich ist, ist unterschiedlich geregelt: Bitte informieren Sie sich, welche Regeln an Ihrem Wohnort gelten!

- Personen, die von der Maskenpflicht befreit sind, wird geraten, Orte mit vielen Menschen auf engerem Raum bzw. in geschlossenen Räumen zu meiden.
- Menschen mit einer Befreiung kann der Zutritt zu Geschäften und auch zu (Arzt-)Praxen verweigert werden.

- Viele der Betroffenen gehören ohnehin zur Risikogruppe bzw. sind so krank, dass sie nicht einkaufen gehen oder öffentliche Verkehrsmittel nutzen sollen bzw. können.

Wer stellt ggf. die Bescheinigung aus?

Dies ist nicht bundeseinheitlich geregelt. Im Allgemeinen stellen die behandelnden Ärzte*innen im Bedarfsfall eine Bescheinigung aus. Die Ärzte*innen entscheiden hierbei nach medizinischen Aspekten. Es wird empfohlen, möglichst telefonisch oder schriftlich nachzufragen. Die Entscheidung, ob eine Bescheinigung ausgestellt wird, liegt bei dem/der behandelnden Arzt*Ärztin. Die Ausstellung einer solchen Bescheinigung ist keine Krankenkassenleistung, es könnten hierfür Gebühren anfallen.

Wie lange können Masken getragen werden?

Die Tragedauer ist abhängig von der körperlichen Aktivität. Nach drei bis vier Stunden oder bei Durchfeuchtung sollten Masken gewechselt werden. Wir empfehlen dringend die Maske jeden Tag zu waschen.

Wie ist eine Alltagsmaske zu handhaben?

Dazu hat das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) Tipps veröffentlicht:

- Diese Masken sollten nur für den privaten Gebrauch genutzt werden.
- Beim Anziehen einer Maske ist darauf zu achten, dass die Innenseite nicht verunreinigt wird. Die Hände sollten vorher gründlich mit Seife gewaschen werden.
- Die Maske muss richtig über Mund, Nase und Wangen platziert sein und an den Rändern möglichst eng anliegen.
- Eine durchfeuchtete Maske sollte umgehend abgenommen und ggf. ausgetauscht werden.
- Die Außenseite der gebrauchten Maske kann erregend sein. Um eine Verunreinigung der Hände zu verhindern, sollte die Außenseite der Maske möglichst nicht berührt werden.