

Erklärvideo für Kinder und Erwachsene



Den Mund und die Nase beim Einkaufen in allen Geschäften, in Bus, Bahn, Taxi oder beim Besuch des Wertstoffhofs zu bedecken – es MUSS bis auf Weiteres zur Routine werden! Die Johanniter in Wasserburg weisen am heutigen Sonntag darauf hin, dass man sich mit dem richtigen Masken-Umgang dringend vertraut machen sollte und dass wiederverwendbare Stoff-Abdeckungen, die so genannten Community-Masken, nach jeder Benutzung aufbereitet werden müssen. Der richtige Umgang mit Masken ist – für Kinder und Erwachsene – im folgenden Video zu sehen ...

<https://youtu.be/J2DcJKt9t3M>

„Für alle, die es nicht gewohnt sind, Mund-Nase-Masken zu tragen, fühlt es sich zunächst ungewohnt an – auch hat man in der Öffentlichkeit noch den Eindruck, angestarrt zu werden,“ meint **Thomas Fuchs, Notfallsanitäter und Leiter der Aus- und Fortbildung bei den Johannitern in Wasserburg.**

Wichtig ist die richtige Handhabung der Masken. „Eine Maske hilft wenig, wenn man durch unsachgemäßen Umgang Krankheitserreger von der Maske ins Gesicht bringt. Wer sich nicht gleich nach dem Abnehmen die Hände wäscht, überträgt durch unbewusste Bewegungen möglicherweise Bakterien und Viren ins Gesicht und damit über die Schleimhäute, wie zum Beispiel den Augen, in die Atemwege. Das gilt übrigens für wiederverwendbare Masken ebenso wie für Einmalmasken,“ so Thomas Fuchs.

Für den Umgang mit Masken gibt es fünf Regeln

- 1) **Händewaschen:** Vor dem Anlegen und unmittelbar nach dem Ablegen der Maske sollte man sich 20-30 Sekunden gründlich die Hände mit Seife waschen. Ist dies nicht gleich möglich, lieber die Maske aufbewahren, bis man sich die Hände waschen kann.
- 2) **Sitz:** Die Maske muss Nase und Mund bis zum Kinn abdecken und an den Rändern möglichst eng anliegen.
- 3) **Feuchtigkeit:** Die Maske wechseln, wenn sie durch die Atemluft durchfeuchtet ist.
- 4) **Berühren verboten:** Vermeiden Sie unbedingt, die Außenseite der Maske zu berühren oder diese zu verrutschen. Zum Abnehmen nur an den Schnüren anfassen.
- 5) **Aufbereitung:** Mund-Nase-Masken aus Stoff müssen nach jeder Benutzung aufbereitet werden – dazu schnellstmöglich bei 60° bis 95°C waschen. Hier auch gegebenenfalls auf den Herstellerhinweis achten. Bis zum Waschen sollte die Maske

luftdicht (zum Beispiel in einem separaten Beutel) aufbewahrt werden. Mindestens einmal pro Woche wird eine Kochwäsche der Masken bei 95°C empfohlen.

Thomas Fuchs hat noch eine weitere Bitte: „Eine Mund-Nasen-Maske soll die Verbreitung von Tröpfchen durch den Träger reduzieren. Sie ist somit kein verlässlicher Eigenschutz. Achten Sie auch mit Maske darauf, mindestens 1,5 Meter Abstand zu anderen Menschen zu halten und sich beim Husten oder Niesen von Mitmenschen abzuwenden und in die Armbeuge zu husten oder zu niesen.“

Foto: Johanniter / Stefan Simonsen