

Masken richtig tragen



Ihre Apotheke informiert

Masken schützen vor Infektionen. Allerdings in unterschiedlichem Ausmaß und nur, wenn sie richtig getragen werden. Auch gibt es einiges aus Hygienesicht zu beachten. Im Folgenden finden Sie Tipps zum sicheren Umgang mit ihnen.

Allgemeines

- Es gibt Mund-Nasen-Bedeckungen (Alltagsmasken), medizinische Gesichtsmasken (OP-Masken) und partikelfiltrierende Halbmasken (FFP-2, FFP3-Masken).
- Je besser eine Maske sitzt, desto geringer ist das Risiko, dass Viren und potenziell virushaltige Tröpfchen austreten beziehungsweise eingeatmet werden.
- Vor und nach dem Anlegen der Maske, Hände waschen (mind. 20 Sek. mit Seife)
- Das Berühren der Innenseite der Masken sollte beim Aufsetzen vermieden werden.
- durchfeuchtete Masken abnehmen und wechseln
- Beim Abnehmen immer an den Bändern der Maske anfassen
- Masken nicht ums Handgelenk oder unter dem Kinn tragen.
- Auch mit Maske den empfohlenen Sicherheitsabstand von 1,50 Metern zu anderen Menschen einhalten

Alltagsmasken

- müssen Mund und Nase bedecken und an den Rändern möglichst dicht anliegen
- dicht gewebte Stoffe filtern besser als locker gewebte; mehrlagig filtrierte Stoffe besser als einlagig
- gesetzliche Vorgaben zur Filterleistung fehlen
- können Tröpfchenauswurf verringern und zum Schutz vor Coronaviren beitragen

- regelmäßig nach jedem Tragen waschen, bei mindestens 60 Grad Celsius

OP-Masken

- Medizinische Masken dienen dem Fremdschutz, bieten aber auch einen gewissen Eigenschutz vor allem vor Tröpfchen, weniger vor Aerosolen.
- tragen eine CE-Kennzeichnung auf der Verpackung
- Einwegprodukte: regelmäßig wechseln und entsorgen

FFP-2, FFP-3-Masken

- FFP-2, FFP3-Masken dienen vor allem dem Eigenschutz (Tröpfchen und Aerosole), aber auch dem Fremdschutz.
- Der Fremdschutz ist bei Masken mit Ventil sehr gering.
- tragen eine CE-Kennzeichnung auf der Verpackung und dem Produkt
- Einwegprodukte: regelmäßig wechseln und entsorgen, vor allem, wenn die Maske stark durchfeuchtet ist
- Generell gilt: Diese Masken nicht mehr als insgesamt 20 Stunden tragen. Zwischenzeitlich trocken lagern. Waschen, Desinfizieren oder das Aufbereiten in der Mikrowelle sind keine Option.
- Lässt sich durch die Maske schwerer atmen, kann die Filterschicht durch Feinstaub verstopft sein. Maske entsorgen.
- Ein Bart kann die Schutzwirkung beeinträchtigen.