

Behelf-Mund-Nasen-Schutz (BMNS-Mundschutz) selbst nähen

Vielerorts werden die Masken aus Stoff selbst genäht, entweder für den Eigenbedarf oder auch, um sie Krankenhäusern, Ärzten oder Pflegedienste zur Verfügung zu stellen.

Ein einfacher BMNS Mundschutz (Behelf-Mund-Nasen-Schutz), ist keine Wunderwaffe gegen Infektionen.

Eine BMNS-Maske unterbindet, dass Tröpfchen vom Träger durch die Luft fliegen können – beim ungeschützten Sprechen, Husten und Niesen können diese im Umkreis von bis zu einem Meter weit verteilt werden. Der Schutz dient also weniger dem Träger, sondern den Menschen in der unmittelbaren Umgebung. Allerdings schützt die Maske nur bedingt, größere Tropfen werden aufgehalten, kleinere Tröpfchen können nach wie vor andere Leute anstecken, so Virologe Christian Drosten.

Der Träger selbst ist mit der Maske nur sehr bedingt geschützt. Der Vorteil ist allerdings, dass man sich weniger mit – möglicherweise kontaminierten – Fingern an Mund oder Nase berührt. Damit kann ein Mundschutz die Gefahr reduzieren, dass Krankheitserreger über die Schleimhäute in den Körper eindringen. Wichtig ist, trotzdem die geltenden Hygieneregeln zu beachten: Also richtig die Hände waschen, in die Armbeuge husten, genug Abstand von anderen halten.

Geprüft oder zertifiziert sind diese Mundschutze nicht. Wichtig ist, dass Schutzmasken richtig sitzen, heißt es vom Robert-Koch-Institut. Sie müssten eng anliegen und gewechselt werden, wenn sie feucht sind.

Wichtig:

- Nach dem Ausziehen der Maske die Hände sofort gut waschen.
- Nach dem Tragen der Maske, die Maske möglichst direkt mit warmem Wasser und Seifenlauge auswaschen und im Anschluss bei mindestens 60 Grad in der Waschmaschine waschen oder im Topf kochen.

Materialliste:

Wer sich seinen BMNS-Mundschutz selbst nähen möchte, der benötigt:

- 2 x Baumwollstoff je 20 x 20 cm (bei 60 Grad waschbar)
 - Alternativ 1 x Baumwollstoff + 1 Stück Molton-/Muselinstoff 20x20cm
- Biegsamen Draht (z.B. Basteldraht/Pfeiffenreinger oder Verschlüsse für Gefrierbeutel)
- Bei 60 Grad waschbare Gummibänder (2 Stück je 17-20 cm)
- Nähzeug oder eine Nähmaschine

Anleitung:

- Zwei Stoffstücke von jeweils 20 x 20 cm zuschneiden (Nahtzugabe ist nicht nötig)
- Stoffe rechts auf rechts aufeinanderlegen (schöne Seiten nach innen)
 - Jeweils obere + untere Seite zusammennähen (Abb.1)
- obere Stoffkante 1x umschlagen, Drahtstück reinlegen und noch einmal abnähen (Abb. 2)

- Gummis rechts und links anlegen, Ende der Gummis zeigen nach außen, mit Nadeln oder Clips befestigen - (Das Gummiband liegt jetzt zwischen den beiden Stoffschichten!) (Abb. 3)
- Beide Seiten zusammennähen, dabei Gummis befestigen, Wendeöffnung lassen (Abb. 4)
- Ecken abschneiden (Vorsicht! Nicht in die Naht schneiden) (Abb. 5), alles wenden + bügeln
- Drei Falten legen, mit Nadeln oder Clips befestigen, bügeln (Abb. 6)
- Von oben nach unten an den beiden Seiten zusammennähen
- Fertig ist der selbst genähte Mundschutz!



Materialliste

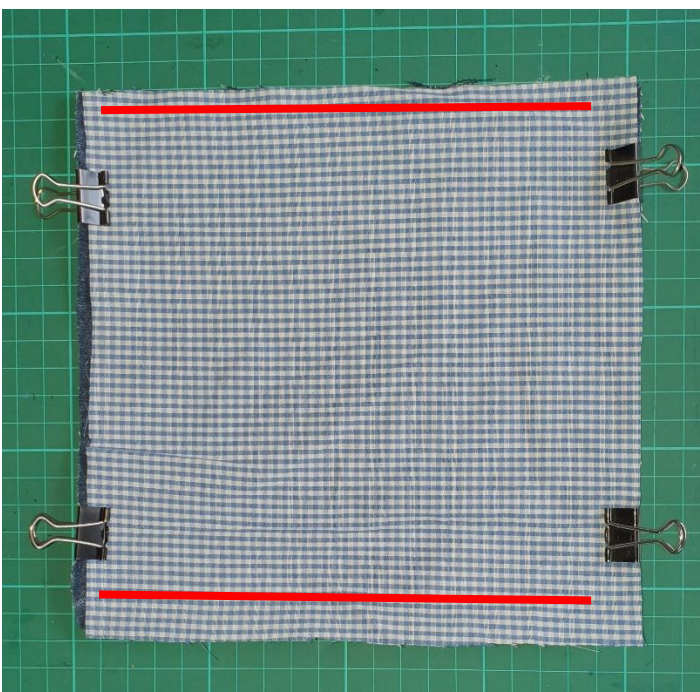
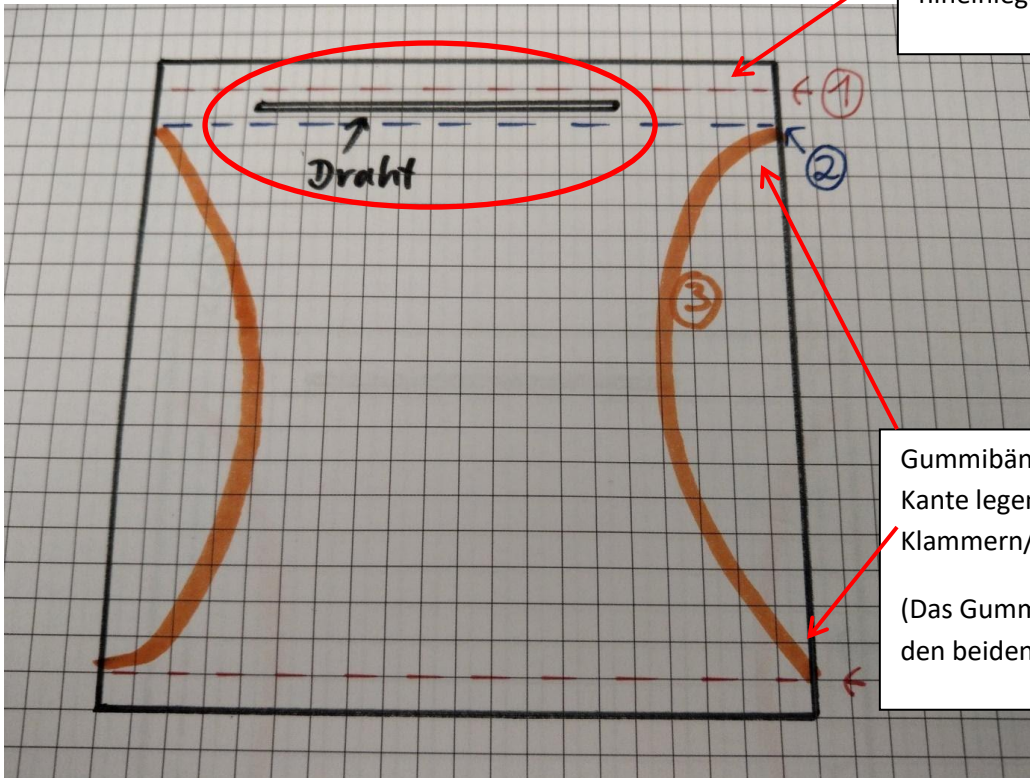


Abb. 1



Obere Kante 1x umschlagen, Draht hineinlegen und absteppen.

Gummibänder rechts und links an die Kante legen und mit Klammern/Stecknadeln festhalten
(Das Gummiband liegt jetzt zwischen den beiden Stoffschichten)

Abb. 2 + 3

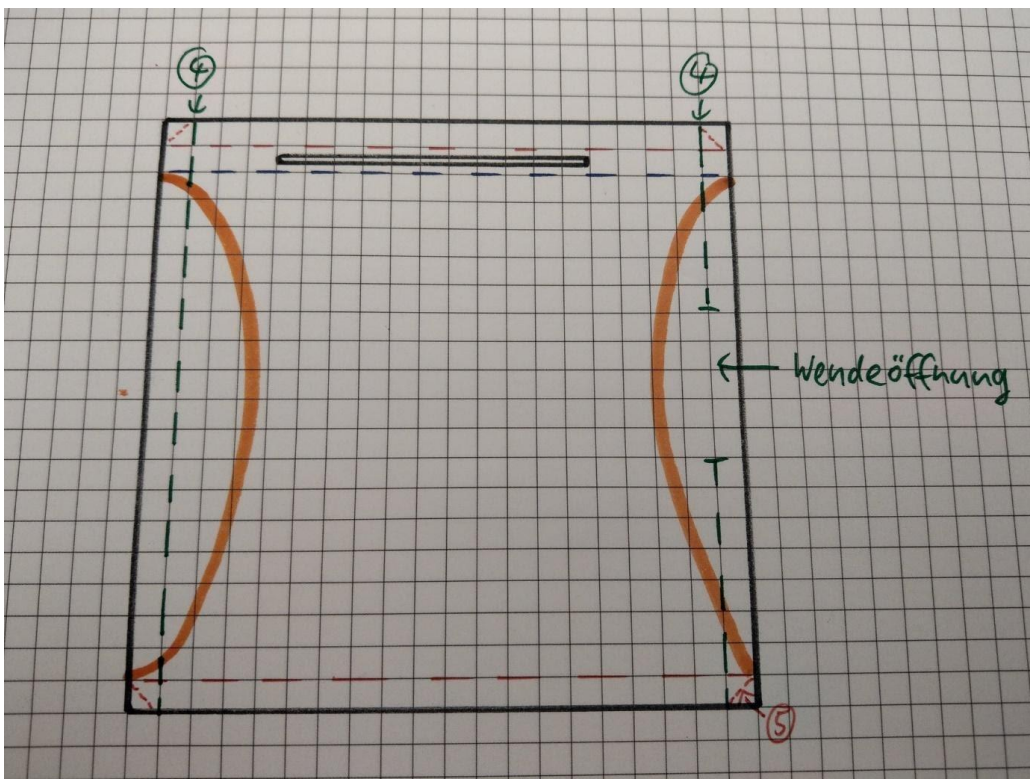


Abb. 4 + 5



Beide Seiten absteppen

Abb. 6

