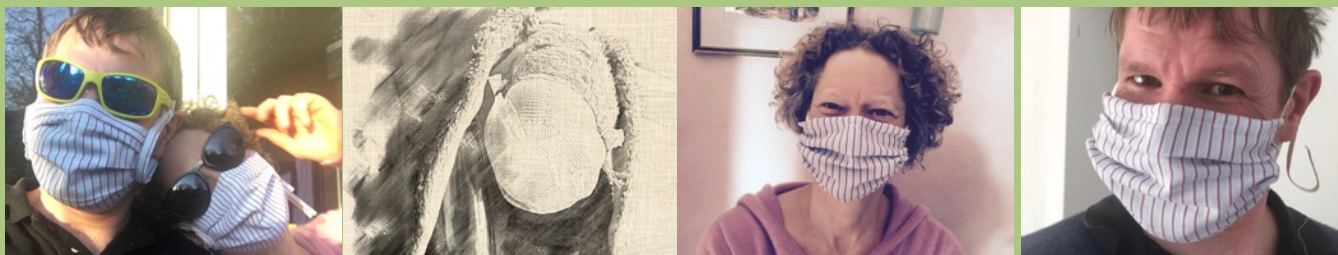


Mund-Nasen-Schutz



23. März 2020 einfache Variante - erstellt von Jan Seeber/Yase-Institut - [unter CC BY-SA -Lizenz](#) und damit frei

Nähanleitung in einfacher Variante

Diese Maske hier ist meine Vereinfachung der Nähvorgabe der [Feuerwehr der Stadt Essen \(hier der Original-Link\)](#). Den finde ich zwar schick, aber etwas unbequem und vor allem aufwändig im Nähen. Dieser alternative Mund-Nasen-Schutz (MNS) kann auch ohne Nähmaschine einfach erstellt werden.

Benötigt wird:

- Nähnadel und Faden, alternativ Nähmaschine
- Ein Stück Stoff, welches geeignet ist (Baumwolle, die gekocht oder bei 90 Grad gewaschen werden kann, ich selber habe ein altes Herrenhemd verwendet. Stofftaschentücher aus alten Zeiten sind ebenfalls gut verwendbar).
- Gummilitze, Gummiband (kochbar)
- Test: Stoff doppelt nehmen und dicht um Mund und Nase mit der Hand abschliessen. Wenn dann das Atmen ohne größeren Atemwiderstand möglich ist, so ist dieser Stoff geeignet.

Den Stoff als Rechteck zuschneiden:

- Größe für kleine Köpfe: 18x36 cm
- Größe für große Köpfe: 20x40 cm



Schritt I

Stoffstück zur Hälfte falten (die spätere Aussenseite kommt innen zu liegen) und an den Seitenkanten zusammen nähen.

Achtung: An der Faltkante 1 cm und an der offenen Seite 4 cm frei lassen, welche nicht vernäht werden !



Schritt II

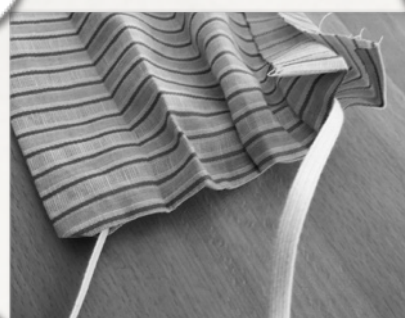
Nach dem Nähen den entstandenen Beutel umschlagen, so dass die Nähte innen liegen und die Ecken sauber nach aussen drücken.

Wer mag, kann jetzt drei Falten (den Beutel zickzack legen) hinein bügeln.



Schritt III

Das Gummiband so hinein legen, dass es durch das Loch in der unteren Ecke (der nicht vernähte 1 cm an der Umschlagfalte) in den Beutel geht und oben an der breiten Öffnung wieder hinaus kommt. Dies auf der anderen Seite wiederholen.



Schritt IV

Die offene Beutelseite einschlagen, dass drei Schichten entstehen:



Die Ecke stabil zunähen, so dass das Gummiband frei bleibt.

An der anderen Seite wiederholen.



Schritt V

In der Mitte des umgeschlagenen Oberrandes in der Mitte eine Naht an der unteren Kante des Umschlagfalte nähen.

So dass ein Draht, z.B. ein Pfeiffenputzer eingeschoben werden kann.



Jetzt ist die Maske im Grunde fertig

Noch die Gummibänder von der Länge her anpassen und zusammenknoten, dann können die Gummis über die Ohren gezogen werden.



Allerdings stellte ich fest, nachdem ich den ersten Prototyp (mit den Maaßen für den kleinen Kopf) fertig gestellt hatte, dass diese meiner Frau sehr gut steht.

Allerdings sieht die gleiche Maske bei mir eher nach einer Masken-Tanga Variante aus.



Mit den Maaßen für einen großen Kopf steht diese Maske mir aber auch sehr gut :-)

Also schau, welche Maaße für Dich passen.



Pflegeanleitung (übernommen aus der Feuerwehranleitung Essen)

Nach der Benutzung ist der Mehrweg- MNS vorsichtig auszuziehen und möglichst dabei die Außenfläche nicht zu berühren. Nach dem Ausziehen sollte eine Händewaschung durchgeführt werden. Gebrauchte MNS sollten nach der Benutzung bzw. mindestens einmal täglich gereinigt werden. Sie können entweder bei 90°C in der Waschmaschine gewaschen oder auf dem Herd in einem Wasserbad (5 Minuten) ausgekocht werden. Anschließend ist der MNS zu trocknen.

Sinn (ebenfalls übernommen): Das Tragen eines MNS in der Öffentlichkeit könnte die Übertragungswege einer Influenza in der Bevölkerung reduzieren. Es ist sinnvoll, bei jeder Begegnung mit anderen Personen einen Mund- Nasen- Schutz (MNS) zu tragen, um die Verteilung von Tröpfchen zu verhindern. Dies gilt auch für den Arbeitsweg, bei Einkäufen, beim Aufenthalt in Räumen mit mehreren Personen und beim Besuch öffentlicher Gebäude und Einrichtungen.