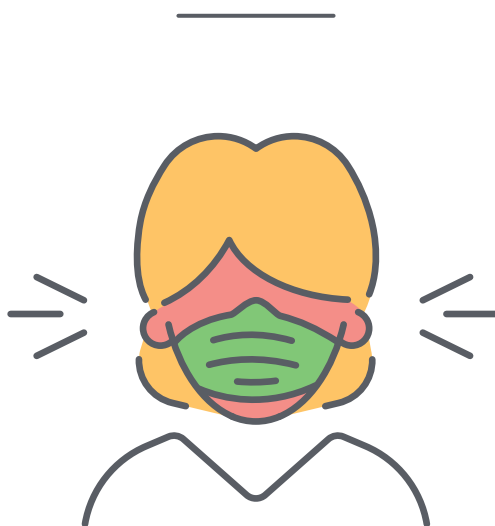


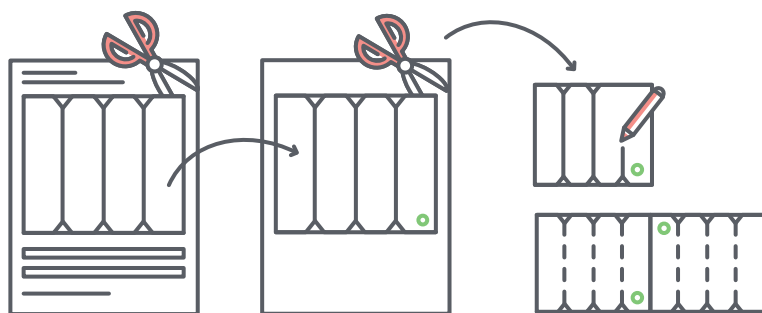
Nähanleitung

für eine Do it yourself (DIY) Mund-Nasen-Bedeckung



Verwendung des Schnittmusters (Seite 2):

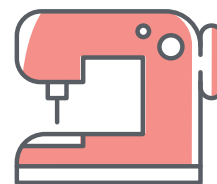
Schnittmuster ausschneiden und auf ein zweites Blatt Papier übertragen. Die beiden Teile wie abgebildet zusammenfügen.



Benötigte Werkzeuge:



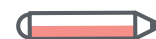
Schere



Nähmaschine



Bügeleisen



Stift

Benötigte Materialien:

1 Stück Baumwollstoff (40 x 22 cm)

Gummibänder (18-20 cm)



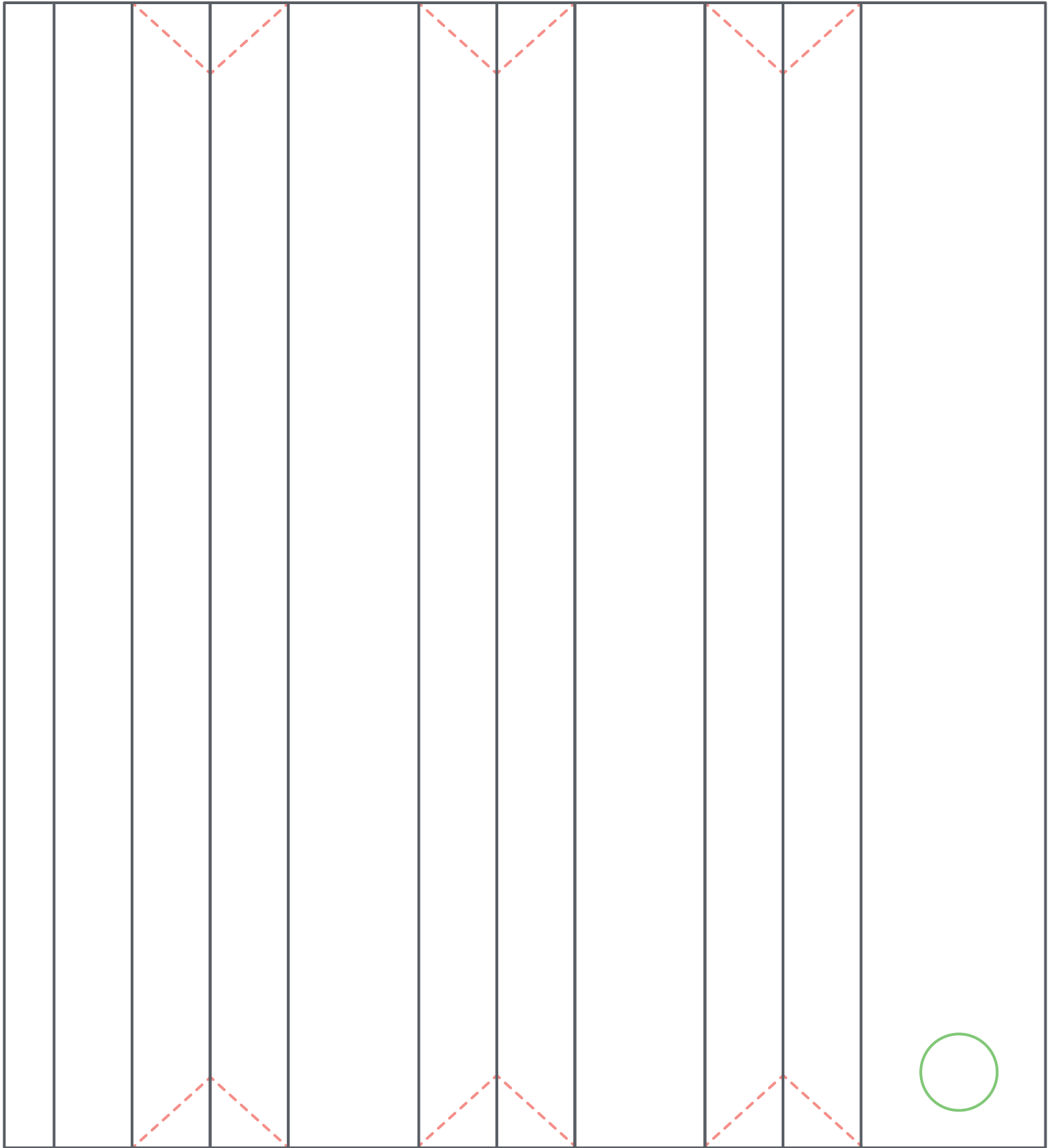
1 Stück Draht (9 cm)

Schnittmuster für ein Stoffstück aus kochfesten Baumwollstoff (40 x 22 cm)



Prüfung der Atmungsfähigkeit: Tuch doppelt nehmen und dicht um Mund und Nase schließen. Ein- und Ausatmen. Ist das Ein- und Ausatmen ohne größeren Atemwiderstand möglich, ist das Material als Mundbedeckung geeignet! (z.B. Stoffwindeln, T-Shirtstoff, leichte Baumwolltücher)

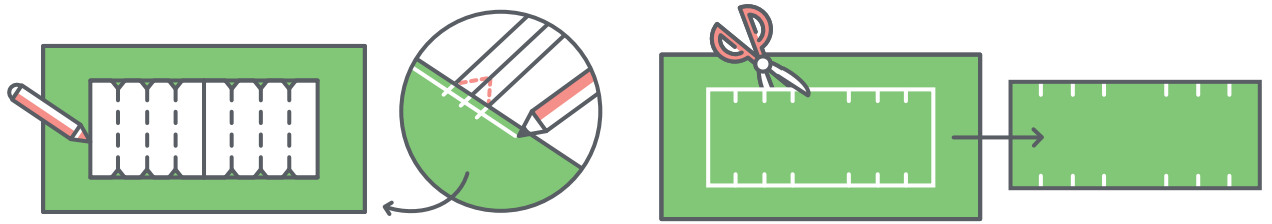
Stoff vor Beginn heiß waschen.



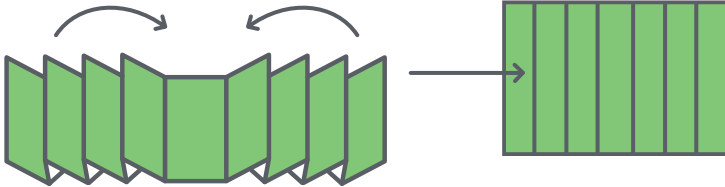
Prüfen des Ausdruckes.

Ist dieses Quadrat 1 x1 cm groß wurde das Schnittmuster in der korekten Größe ausgedruckt.

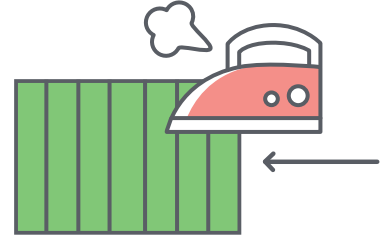
- ① Schnittmuster umranden, Markierungen für die Falten auf den Stoff anzeichnen. Das Ganze ausschneiden.



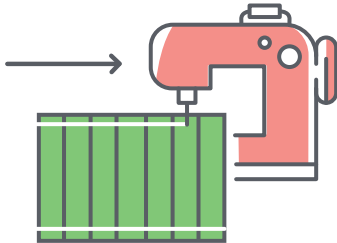
- ② Falten an den Markierungen legen.



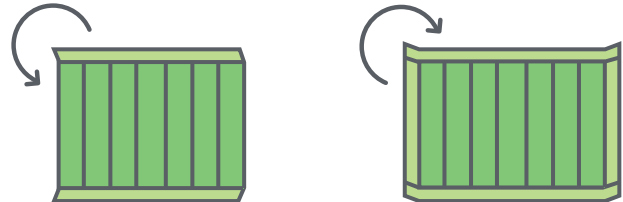
- ③ Falten glatt bügeln.



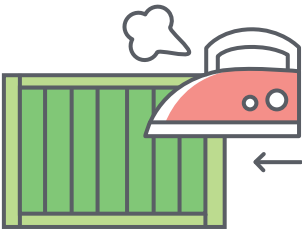
- ④ An den Seiten entlang nähen.



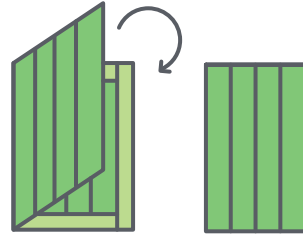
- ⑤ Alle Kanten 1 cm breit nach innen schlagen.



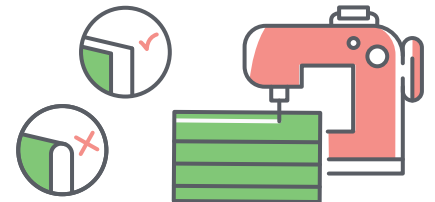
- ⑥ Kanten glatt bügeln.



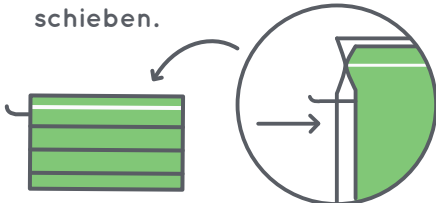
- ⑦ Den Stoff in der Mitte falten.



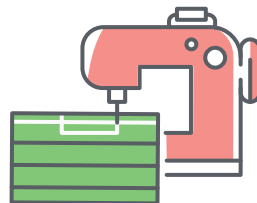
- ⑧ Die obere Kanten der Maske aufeinander nähen.



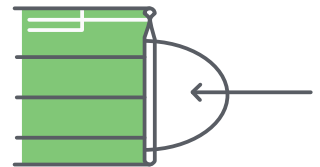
- ⑨ Den Draht an der oberen Kante zwischen die Stofflagen in die Mitte der Maske schieben.



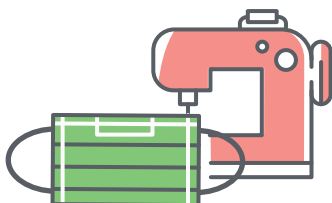
- ⑩ Mit der Nähmaschine den Draht umnähen.



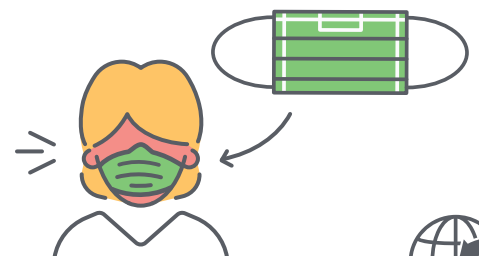
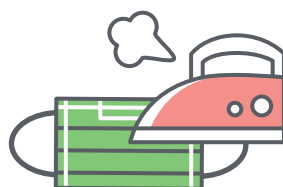
- ⑪ Die Enden der Gummis zwischen die seitlichen Stofflagen schieben.



- ⑫ Seitenkanten aufeinander nähen.



- ⑬ Fertige Maske bügeln zum Desinfizieren.



1. Do it yourself (DIY) Mund-Nasen-Bedeckung im Pandemiefall

Diese Mundbedeckung wird komplett selbst gefertigt. Sie ist weder geprüft, noch zertifiziert. Es handelt sich lediglich um einen Behelf, sofern die zertifizierten Einmal Mund-Nasen-Bedeckungen Masken im Pandemiefall nicht mehr verfügbar sind.

Die Herstellung und Benutzung ist nach sorgfältiger Abwägung eigenverantwortlich.

Die DIY Mund-Nasen-Bedeckung soll die Verbreitung von Tröpfchen durch den Träger reduzieren (Patientenvorsorge/ Umkehrisolierung). Sie stellt somit keinen direkten Eigenschutz dar und ist in ihrer Wirksamkeit abhängig von der Dichte des verwendeten Stoffs. Die zusätzliche Einlage eines kochfesten Vliesstoffes kann die Wirksamkeit signifikant erhöhen. Er reduziert gleichwohl die Gefahr sich selber anzustecken, indem man sich mit kontaminierten Fingern an Mund oder Nase fasst.

Die Übertragung von Corona-Viren erfolgt in erster Linie durch Tröpfchen, die unter anderem beim Sprechen, Husten oder Niesen entstehen und auf die Schleimhäute von Kontaktpersonen gelangen können. Die Tröpfchen können auch auf Oberflächen treffen und diese kontaminieren. Direkter Händekontakt mit Oberflächen, die mit virushaltigen Sekreten kontaminiert sind und anschließender Hand-Mund-Nasen-Kontakt kann ebenfalls zur Übertragung führen.

Das Tragen der DIY Mund-Nasen-Bedeckung kann Corona-Infektionen reduzieren. Es ist sinnvoll, bei jeder Begegnung mit externen Personen oder Betreten des öffentlichen Raumes, eine DIY Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen, um die Verteilung von Tröpfchen auf Kontaktpersonen zu reduzieren. Da die Maske nicht verhindert, dass sich eine gesunde Person anstecken kann, muss unabhängig vom Tragen der Maske auf eine körperliche Distanz zu anderen Personen von mindestens 1,5m geachtet werden.

Um die Bevölkerung im Pandemiefall mit ausreichend DIY Mund-Nasen-Bedeckungen zu versorgen, wurde folgende Nähanleitung zum Selberrichten einer waschbaren DIY Mund-Nasen-Bedeckung erstellt.

2. Pflege und Reinigung der waschbaren DIY Maske

Beim Anziehen einer Maske ist darauf zu achten, dass die Innenseite nicht kontaminiert 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, um das Eindringen von Luft an den Seiten zu minimieren. Bei der ersten Verwendung sollte getestet werden, ob die Maske genügend Luft durchlässt, um das normale Atmen möglichst wenig zu behindern.

Die waschbare DIY Maske ist grundsätzlich trocken zu lagern. Vor der ersten Benutzung ist die DIY Maske zu waschen. Nach der Benutzung ist die DIY Maske vorsichtig auszuziehen, die Berührung der Außenfläche ist dabei zu vermeiden. Nach dem Ausziehen sollte eine Händewaschung durchgeführt werden.

Gebrauchte DIY Masken sollten nach jeder Benutzung gereinigt werden.

Eine durchfeuchtete Maske sollte umgehend abgenommen und ggf. ausgetauscht werden. Die Außenseite der gebrauchten Maske ist potentiell erregert. Um eine Kontaminierung der Hände zu verhindern, sollte diese möglichst nicht berührt werden. 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 Grad, mindestens aber bei 60 Grad gewaschen und anschließend vollständig getrocknet werden.

3. Haftungsausschluss

Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die S.H.A.R.E. Stiftung für Mikrofinanz, Fairen Handel und Friedensförderung e.V. keine Haftung für die Wirksamkeit, die Herstellung oder die sachgerechte Verwendung der DIY Mund-Nasen-Bedeckung übernimmt. Jeglicher Schadensersatzanspruch gegenüber der SHARE Stiftung wegen Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit – unabhängig, ob vom Verwender oder dem jeweiligen Gegenüber – ist ausgeschlossen.

Die Herstellung / Verwendung der DIY Mund-Nasen-Bedeckung erfolgt ausschließlich auf eigene Gefahr. Es wird darauf hingewiesen, dass auf jeden Fall die Hygienevorschriften des Gesundheitsministeriums und der WHO zu beachten sind.

Diese Anleitung ist entstanden durch freundliche Unterstützung von eichoundflut.com und der Dekorationsabteilung der wlb-esslingen.de