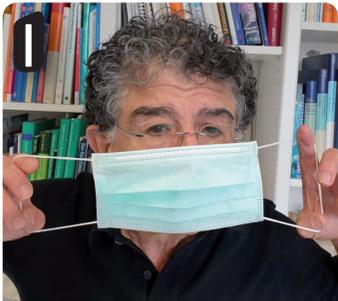


# So tragen Sie den Mundschutz richtig



1 Beim Anlegen die Maske nur an den Bändern anfassen.



2 Zuerst die oberen und dann die unteren Bänder binden bzw. die Gummischlaufen sorgsam hinter die Ohren legen.



3 Den Metallstreifen über dem Nasenbein zusammendrücken.



4 Die Unterseite der Maske etwas nach unten ziehen, so dass Mund und Kinn bedeckt sind.



5 Den oberen Teil der Maske so positionieren, dass diese eng an der Nase anliegt.



6 Auch der untere Teil der Atemschutzmaske sollte dicht am Gesicht sitzen.

## Der Waldkirchner Chirurg und Hygienebeauftragte Dr. Behzat Ünel gibt Tipps:



Unter der Nase – geht gar nicht.



Auch anfassen ist verboten.



Anfassen nur am Band!



Nicht überkreuzen.



Ellenbogen ist kein „Parkplatz“.



Begrüßung ohne Berührung.



Niesen – aber nicht so ...



... sondern in die Ellenbeuge.



Ablage nicht am Fensterbrett ...



... sondern aufgehängt am Griff.



Den Spender nicht berühren.



Desinfektion wie sie richtig ist.

Mund- und Nasenschutzmasken sollen vor dem Coronavirus schützen. Bei einer falschen Handhabung können Sie aber schnell zur zusätzlichen Infektionsquelle werden. Damit das nicht passiert, gibt der Waldkirchner Chirurg und Hygienebeauftragte Arzt Dr. Behzat C. Unel Tipps zum richtigen Umgang mit der Schutzausrüstung.

„Das Tragen von Mundschutzmasken kann bei manchen Leuten ein falsches Sicherheitsgefühl erzeugen“, sagt Dr. Unel. Er warnt davor, dass Menschen mit Schutzausrüstung beispielsweise die Einhaltung des Mindestabstands (1,5 bis 2 Meter) oder die Handhygiene vernachlässigen.

Der Waldkirchner Arzt empfiehlt, die Hände auch vor dem Anlegen der Schutzmaske 20 bis 30 Sekunden lang mit Wasser und Seife gründlich zu waschen. „Entnehmen Sie die Maske - ohne Berührung der verbleibenden Masken in der Verpackung - und untersuchen Sie diese auf Risse oder Löcher.“ Danach sollte sichergestellt werden, dass die richtige Seite der Maske oben und die korrekte Seite nach außen zeigt.

Beim Anlegen sollten Sie die Mundschutzmaske nur an den Bändern oder Gummischlaufen berühren. „Die oberen Bänder sollten Sie zuerst über dem Kopf binden, danach die unteren Bänder im Nacken zusammenführen. Wenn Ihre Maske elastische Gummischlaufen hat, sollten Sie diese sorgsam hinter die Ohren legen.“ Im nächsten Schritt sollte der Träger den Metallstreifen der Maske über dem Nasenbein zusammendrücken. So passt sich der Mundschutz der Form der Nase an.

„Ziehen Sie danach die Unterseite der Maske etwas nach unten, so dass Mund und Kinn bedeckt sind.“ Geschützt sind Sie, wenn der obere und der untere Teil der Maske dicht am Gesicht anliegt.

Auch beim Ablegen der Mund- und Nasenschutzmaske gibt es einiges zu beachten: „Berühren Sie die Maske nicht mit den Fingern. Das gilt für die Innen- und Außenseite.“ Vielmehr sollten Sie den Mundschutz an den elastischen Schlaufen beziehungsweise Bändern hinter den Ohren anfassen.

Wichtig ist zudem, den gebrauchten Mundschutz von Gesicht und Kleidung fernzuhalten. So verhindern Sie eine Berührung mit potenziell kontaminierten Oberflächen. „Entsorgen Sie die Einwegmasken sofort nach dem Gebrauch in einem geschlossenen Behälter.“ Danach ist ein erneutes Waschen der Hände ratsam.

#### Allgemeine Tipps:

- Einwegmasken dürfen nur einmal verwendet werden
- Sie sollten die Maske während des Tragens nicht ohne zwingenden Grund abnehmen
- In einem kontaminationsgeschützten Bereich kann die Maske an einem Haken berührungsfrei aufgehängt werden. Die Innenseite muss zur Wand zeigen.
- Sie sollten die Maske während des Tragens nicht berühren. Ist dies trotzdem geschehen, müssen Sie die Hände sofort gründlich mit Wasser und Seife waschen.
- Die Maske darf nicht unter die Nase beziehungsweise unter das Kinn geschoben werden.
- Eine Maske, die durch Atemluft feucht geworden ist, sollten Sie unverzüglich abnehmen und entsorgen. Das gilt auch für eine verschmutzte Maske.

[www.sport-saller.de](http://www.sport-saller.de)

**Bestelltelefon: 07934-9155-0**

**5 Stück** ART.-NR. **4028**



**5x saller KN95-FFP2 Mundschutz**  
statt 24,99€ **nur 9,99€**

**10 Stück** *oder* **50 Stück**



**saller Mundschutz**  
10 Stk.: Art.-Nr. 4031  
statt 11,99€ **nur 2,99€**  
50 Stk.: Art.-Nr. 4029  
statt 49,99€ **nur 14,99€**

Textquelle: Sonja Schumgruber/PNP