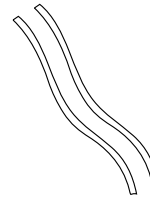
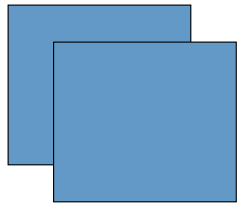


Nähanleitung Mundschutz

Wie man einen Mundschutz näht, der über den Hinterkopf gesichert wird



Standardgröße für Erwachsene

2x Stoffstücke in der **Größe 23 x 20 Zentimeter** (Baumwolle – unbedingt vorwaschen, damit der Stoff nicht eingeht. Der Stoff muss eine Waschtemperatur von 90 Grad Celsius vertragen)

2x Gummiband jeweils in der **Länge 33 Zentimeter** oder **alternativ 4x elastische Bänder in der Länge von 46 Zentimetern** (Hier eignet sich das Zerschneiden eines ausrangierten T-Shirts optimal – Vorteil im Gegensatz zu den Gummibändern: Die Bänder halten die hohen Temperaturen besser aus)

Alternative Größen

Erwachsene (klein) 20 x 20 Zentimeter Stoffstücke

30,5 Zentimeter Gummiband

Teenager 20 x 20 Zentimeter Stoffstücke

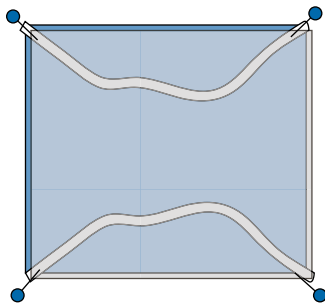


29 Zentimeter Gummiband

Kinder 18 x 18 Zentimeter Stoffstücke

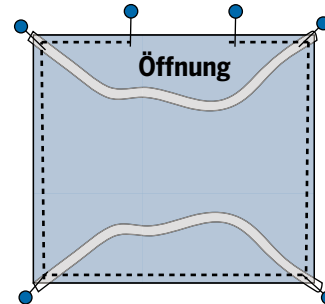
29 Zentimeter Gummiband

1.



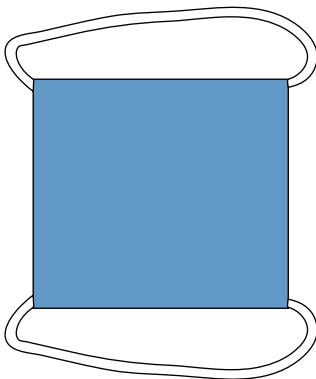
Die Stoffstücke werden rechts auf rechts aufeinandergelegt. Dazwischen werden die beiden Gummibänder gelegt. Stecke die Bänder jeweils in den Ecken der langen Seiten fest. Achte darauf, dass die Gummibänder nicht verdreht sind. Alternativ wird in jeder Ecke eines der vier Bänder festgesteckt.

2.



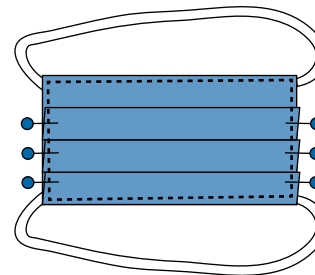
Jetzt wird die Maske mit einem Zentimeter Nahtzugabe zusammengenäht. Denk daran, eine etwa drei Zentimeter lange Öffnung an einer der Seiten zu lassen, damit die Maske später gewendet werden kann. Wenn du die Bänder in den Ecken festnäht, nähe ein paar Mal vor und zurück. So halten sie später sicher unter Zug. Passe zudem auf, dass die Bänder nicht an den Seitenrand rutschen und du sie beim Zusammennähen der Stoffe erwischst.

3.



Jetzt wird die Maske durch die Öffnung umgedreht.

4.



Anschließend wird der Stoff in drei mehr oder weniger gleichgroße Kellerfalten gelegt und zusammengesteckt. Noch einmal knappkantig rundherum nähen und fertig. Deine fertige Maske ist etwa 7,5 Zentimeter hoch.

Was ist zu beachten?

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, einen Behelfsmundschutz zu nähen. Da das Tragen der (Gummi-)Bänder über die Ohren auf Dauer schmerzhaft werden kann, stellen wir in der Anleitung eine Variante zum Nachnähen vor, die über den Hinterkopf getragen wird. Der Mundschutz muss eng anliegen. Sobald er feucht ist, sollte er gewechselt werden. Sobald man wieder zu Hause ist, kann der Mundschutz vorsichtig entfernt werden. Dabei ist wichtig, dass die Außenfläche nicht berührt wird. Die Schutzmaske sofort in einer Seifen- oder Waschmittellauge einweichen. Die Hände gründlich waschen.

Der Mundschutz sollte immer ausgespült werden, bevor er mit der übrigen Wäsche in der Waschmaschine gereinigt wird – die Waschtemperatur sollte 60 Grad oder mehr betragen. Laut Ärzteblatt reicht es aus, wenn man den selbst genähten Mundschutz mit Waschmittel wäscht. Coronaviren sind behüllte Viren, deren Erbgut von einer Lipidschicht umhüllt ist. Sie reagieren deshalb empfindlich auf Alkohole oder Tenside, die als Fettlöser in Seifen, Spül- und Waschmitteln enthalten sind. Der Mundschutz sollte grundsätzlich trocken gelagert werden.