

## Mund – Nasen - Masken

### Wozu eine Mund – Nase – Maske ?

Durch das Tragen dieser selbstgenähten Mund – Nasen – Maske schützt man in erster Linie andere vor einer Infektion, indem man die Verteilung der feinen Tröpfchen begrenzt.

Zusätzlich gibt es den Effekt, dass sich der Träger der Mund – Nasen – Maske seltener ins Gesicht fasst und damit Schmierinfektionen erschwert werden.

Der wichtigste Aspekt ist jedoch ein psychologischer – der Träger der Mund – Nase – Maske gibt zu erkennen, dass er die **Hygieneregeln einhält, Abstand hält und soweit als möglich zuhause bleibt!**

### Wie benutzt man die Mund – Nase – Maske ?

- gründliches Hände waschen bevor man die Maske anlegt oder absetzt und nachdem man sie abgenommen hat.
- Beim Abnehmen der Maske nur die Bänder / Gummis berühren, niemals den Stoff
- Die Maske nur solange wie nötig tragen (z.B. zum Einkauf, in öffentlichen Verkehrsmitteln oder auf dem Weg zur Arbeit)
- Nach dem Gebrauch die Maske bei 60°C mit einem herkömmlichen Waschpulver waschen.

### Weiterhin wichtig zu wissen !

**Die selbstgenähte Mund – Nase – Maske ist eine zusätzliche Schutzmaßnahme. Am besten schützt man sich indem man...**

- **seine sozialen Kontakte minimiert und zuhause bleibt**
- **zu seinen Mitmenschen einen Abstand von 2 Metern einhält**
- **sich regelmäßig und gründlich die Hände wäscht und die Nies-Etikette einhält.**