

Nähanleitung für Behelf-Mund-Nasen-Schutz

empfohlen vom



Wir tun was!
Bitte diese Anleitung mit einem von Dir genähten Mundschutz an zwei Freund*innen verschenken. So können wir Freunde, Familie, Nachbarn ... ausstatten. Auch Altenheime freuen sich. Bei all den Arbeiten solltet Ihr natürlich infektfrei sein!
Bleibt gesund !

Die Übertragung von Coronaviren erfolgt vor allem durch Tröpfchen, jederzeit und überall. Mit dem Tragen eines Mund-Nasen-Schutz (MNS) kann die Verteilung von Tröpfchen in der Umgebung und auf Kontaktpersonen verringert werden. Um uns selbst und andere in Zeiten von Lieferengpässen zu schützen, haben wir diese Nähanleitung für einen Behelf-Mund-Nasen-Schutz (BMNS) recherchiert. [...]

Für jeden Anwender sollten pro Tag zwei Masken eingeplant werden, die abends ausgekocht am nächsten Tag wiederverwendbar sind. Laut einem namenhaften Infektiologen sind diese nahezu ebenso wirkungsvoll wie ein „regulärer“ MNS. Achtung: Herstellung und Gebrauch erfolgt auf eigene Gefahr! Der Behelf-Mund-Nasenschutz ist weder geprüft noch zertifiziert und stellt lediglich ein Hilfsmittel dar.

I. **Waschbarer Behelf-Mund-Nasen-Schutz**

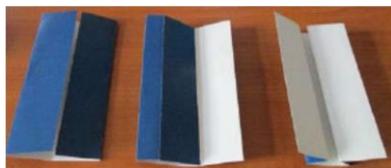
Benötigtes Material: Atmungsdurchlässiger Baumwollstoff (z.B. Geschirrtuch, Bettlaken, T-Shirt ohne Elasthan etc.) und dünner, biegsamer Draht (z.B. Bastel-, Garten-, Klemmdraht von Gefrierbeuteln)

Prüfung der Durchlässigkeit der Atmung: Tuch/ Stoff doppelt legen, dicht um Mund und Nase schließen und wenn Ein- und Ausatmen ohne größeren Atemwiderstand möglich ist, eignet sich das Material.

Herstellung:



1. 20 x 20 cm großes Stofftuch anzeichnen und ausschneiden, eine Seite umnähen, gegenüberliegende Seite zusammen mit Draht umnähen.



2. Textilstück (Muster aus Pappe) falten und Falten auffallen lassen: Stoffstück mit der Außenseite auflegen, in 4 gleiche Teile nach innen falten (Buchfaltung), Falten öffnen, jeweils an die äußere Falte legen und bügeln, auffalten, äußere Falte nach innen legen und bügeln



3. Gefaltetes Textilstück mit Stecknadeln fixieren



4. Zwei Streifen Schrägband aus Baumwollstoff, 90 cm lang, 2 cm breit, beide Streifen halbieren, Textilstück einschieben und festnähen

II. Einmal Behelf-Mund-Nasen-Schutz

Benötigtes Material: 30 x 30 cm atmungsdurchlässiger Baumwollstoff (z.B. Geschirrtuch, Bettlaken etc.) oder auch Einwegmaterial (festes Putztuch o.ä.) und zwei Haushaltsgummis, Büro-Tacker

Prüfung der Durchlässigkeit der Atmung, siehe I.

Herstellung:



1. Textilstück als Ziehharmonika falten, abwechselnd Berg- und Talfalte
2. Einmal auffalten, Gummi an umgelegte Enden legen und je 2 Mal mit dem Tacker befestigen



HAUSÄRZTEVERBAND NIEDERSACHSEN – WIR TUN WAS!

Leicht verändert nach folgender Quelle:

Deutscher Hausärzteverband - Landesverband Niedersachsen e. V. , Berliner Allee 46, 30175 Hannover
Vorsitzender: Dr. med. Matthias Berndt, 1. Stellv.: Jens Wagenknecht, 2. Stellv.: Dr. med. Eckart Lummert, Amtsgericht Hannover VR 3545
Tel. 0511-228 778-0, Fax 0511-228 778-77, E-Mail: info@haevn.de, www.Hausaerzteverband-Niedersachsen.de