

# Do it yourself Anleitung

## Anfertigen eines Mund-Nasen-Schutzes

Diese Anleitung beschreibt die individuelle Herstellung einer sog. Mund-Nasen-Schutzmaske (MNS) für den privaten Gebrauch.

### Materialliste

Folgende Materialien werden benötigt:

- Zwei 90cm lange und 2cm breite Stoffstreifen (Kochfeste Baumwolle). Anstatt Bindebänder aus Stoff anzufertigen ist es auch möglich ein Schrägband oder Satinband einzunähen.
- Zwei 17cm lange und 2cm breite Stoffstreifen (Kochfeste Baumwolle)
- Einen 15cm langen dünnen und biegsamen Draht (z.B. Basteldraht, Pfeifenreiniger, Klemmdraht von Gefrierbeuteln)
- 17cm auf 34cm großes Stofftuch aus atemdurchlässigen kochfesten Baumwollstoff (z.B. Stoffwindeln, T-Shirt-Stoff oder leichtes Baumwolltuch)

Prüfung der Durchlässigkeit der Atmung:

- Tuch doppelt nehmen
- Dicht um Mund und Nase schließen
- Ein- und Ausatmen

Ist das Ein- und Ausatmen ohne größeren Atemwiderstand möglich, ist das Material als Mundschutz geeignet.

### Pflege und Reinigung

Der Mehrweg-MNS ist grundsätzlich trocken zu lagern. Nach der Benutzung ist der Mehrweg-MNS vorsichtig auszuziehen und möglichst dabei die Außenfläche nicht zu berühren. Nach dem Ausziehen sollte eine Händewaschung durchgeführt werden. Gebrauchte MNS sollten nach der Benutzung bzw. mindestens ein Mal täglich gereinigt werden. Sie können entweder bei 90°C in der Waschmaschine gewaschen oder auf dem Herd in einem Wasserbad (5min) ausgekocht werden. Anschließend ist der MNS zu trocknen.

### Prüfung und Wirksamkeit

Dieser Mundschutz wird komplett selbst gefertigt, er ist weder geprüft noch zertifiziert. Er dient nur als sinnvolle Alternative, wenn keine MNS mehr zu bekommen sind. Die Herstellung und Benutzung ist eigenverantwortlich.

# Schritt – für – Schritt – Anleitung

## 1. Schritt

Zuerst werden alle Stoffteile auf den Stoff aufgezeichnet und ausgeschnitten. Legt man den Stoff doppelt, können die einzelnen Bestandteile gleich für zwei Masken ausgeschnitten werden. Das spart Zeit.

## 2. Schritt

Das große Stoffstück wird nun auf der linken Seite doppelt gelegt, sodass sich die 34cm x 17cm um die Hälfte verkleinern. Dies ist wichtig, damit die Schutzfunktion der Maske verbessert wird. Nun wird die offene Seite gegenüber der Falte abgesteppt, also mit einer geraden Naht versehen. Der nun entstandene Schlauch wird auf rechts gedreht und gebügelt, sollte er stark „verknittert“ sein.

## 3. Schritt

Ebenfalls wird die Falte des Schlauches etwa 0,5mm abgesteppt, damit der Draht als Nasenbügel in diesen Tunnel eingeführt werden kann. Bei Blumendraht oder ähnlichem empfiehlt es sich den Draht an den Enden mit einer Zange zu einer Öse umzubiegen, damit die Spitzen den Stoff nicht durchdringen und zu Verletzungen führen.

## 4. Schritt

Wenn Sie die Stoffbänder selbst herstellen, werden diese nun an allen Kanten mit einem Zick-Zack-Stich versäubert, damit sie nicht ausfransen. Anschließend werden alle Bänder der Länge nach auf die Hälfte gefaltet und gebügelt. Schrägband muss auf Grund seiner Herstellung weder versäubert noch gebügelt werden. Die kurzen Bänder werden anschließend hälftig über den eingnähten Draht und über die gegenüberliegende abgesteppte Naht aufgenäht, sodass die Bügel-falte an der Stoffkante der Maske anliegt. Bei dünneren Baumwollstoffen sind diese Bänder nützlich, um die Maske zu stabilisieren. Bei dickeren Stoffen kann auf diese Bänder verzichtet werden. In diesem Falle sollte die Naht, mit dem der Stoff zu einem Schlauch genäht wurde, von rechts zusätzlich abgesteppt werden, damit die Form der Maske stabilisiert wird.

## 5. Schritt

Parallel zum Draht und der unteren abgesteppten Naht werden nun drei etwa gleichgroße Falten eingebügelt oder seitlich gesteckt. Alternativ können pro offene Seite je zwei Abnäher eingnäht werden (ca. 5cm lang und 1,5cm breit).

## 6. Schritt

Nun werden die langen Bänder, ebenso wie die kurzen Bänder entlang der Bügelfalte um die In-nen- und Außenseite der Maske über die Falten, bzw. die Abnäher festgesteckt. Die mittlere Länge der Bänder sollte sich dabei etwa in der mittleren Länge der Maske befinden. Ziel ist es, das die Bindebänder gleich lang sind. Die Bänder werden nun der gesamten Länge nach abgesteppt, sodass die Maske mit eingefasst wird. Fertig!

Nun sollte die Maske vor dem ersten Gebrauch einmal kochend gewaschen werden, damit Schmutz und Staub, der bei der Herstellung entstanden ist, wieder entfernt werden. Schonender für die Maske ist es jedoch, diese in einem kochenden Wasserbad min. 10 Min. einzulegen.

## 7. Erklärvideo

<https://d33x5e4nhabu75.cloudfront.net/video/05-Sonstiges/Corona/Maske.mp4>

Vgl.: <https://www.radioessen.de/artikel/jugendberufshilfe-in-essen-naeht-schutzmasken-fuer-die-mitarbeiter-der-feuerwehr-536543.html>