

## Covid 19 – Maskenpflicht und Umgang mit der Maske

Auch wenn die Infektionszahlen in Deutschland zurückgehen, das Coronavirus ist immer noch da. Eine zweite Welle wird erwartet.

Der Anteil völlig symptomfreier Verläufe wird in einer deutschen Studie (Heinsberg) mit 22 %, in einer italienischen Studie mit 43,2 % angegeben. D. h. bei ca. 20, evtl sogar 40 % symptomlosen Verläufen weiß 1/5 evtl. gut 1/3 aller Infizierten selbst nicht, dass sie infiziert und damit auch ansteckend sind. Auch bei Infizierten, die Krankheitszeichen entwickeln, beginnt die Ansteckungsgefahr nach heutiger Einschätzung ca. 2 Tage vor Beginn der Symptome.

Schwere und tödliche Krankheitsverläufe werden zwar hauptsächlich bei älteren Patienten und Patienten mit chronischen Vorerkrankungen gesehen. Solche Verläufe wurden aber auch schon bei jüngeren Patienten ohne fassbare Vorerkrankungen gesehen. Im Einzelfall ist daher der Verlauf einer Covid 19-Erkrankung nicht vorhersehbar. Man kann sagen, Statistik trifft im Einzelfall nicht zu.

Das verdeutlicht, dass der Schutz eines jeden von uns vor Ansteckung mit Covid 19 die wichtigste Schutzmaßnahme ist und bleiben wird, solange noch keine wirksame Impfung verfügbar ist.

Neben Abstandhalten, der Husten- und Niesetikette (Husten und Niesen in die Armbeuge, nicht in die Hände) und der Handhygiene ist das Tragen eines Mund-Nasenschutzes auch Community-Maske genannt, eine Schutzmaßnahme. Sicherer, aber nur begrenzt verfügbar sind sogenannte FFP2-Masken, die eine höhere Filterwirkung haben gegen Aerosole, sehr feine Wassertröpfchen in unserer Ausatemluft, mit denen auch Viren wie Coronaviren transportiert werden.

Die Community-Maske kann uns alle nur schützen, wenn

1. wir auch alle sie tragen,
2. wir alle zusätzlich Abstand halten und
3. wir die Maske richtig handhaben.

Zur richtigen Handhabung sind ein paar einfache Regeln einzuhalten, die sowohl für den einfachen Mund-Nasen-Schutz (Community- Maske) als auch für FFP2-Masken gelten.

1. Auch mit Maske ist der empfohlene Sicherheitsabstand von mindestens 1.50 m zu anderen Menschen einzuhalten.
2. Vor Berühren der Maske sind die Hände gründlich zu waschen
3. Die Maske muss richtig über Mund, Nase und Wangen platziert sein und an den Rändern möglichst eng anliegen, um das Eindringen von Luft an den Seiten zu minimieren



Richtig



Falsch

4. Weder Innen- noch Außenseite der Maske sollten berührt werden. Die Maske sollte nur an den Fixierbändern/-gummis oder ganz am Rand angefasst werden.  
Die
5. Die benutzte Maske ist auf der Innenseite mit den eigenen, auf der Außenseite mit Keimen aus der Umgebung, ggf. auch Corona-Viren kontaminiert, die beim Einatmen angesaugt werden. Berühren der Außenseite bedeutet Übertragung dieser Keime auf die Hände und alles was danach in die Hand genommen wird.



Richtig



Falsch



Falsch



Falsch

6. Eine durchfeuchtete Maske hat keine Schutzwirkung mehr. Eine durchfeuchtete Maske sollte umgehend abgenommen bzw. ausgetauscht werden.
7. Eine wiederverwendbare Maske kann nach dem Abnehmen **kurzfristig** in einem Beutel o.ä. luftdicht verschlossen aufbewahrt, besser, sofort gewaschen werden.



Richtig, aber nur für kurze Zeit.

Längere Aufbewahrung einer gebrauchten und damit feuchten Maske in einem Beutel führt allerdings zu Schimmelbildung und damit zur Gefährdung der Gesundheit. Der Beutel ist danach im Verbrennungsmüll (schwarze Tonne) zu entsorgen.

8. Masken sollten nach einmaliger Nutzung idealerweise bei 95 Grad, mindestens aber bei 60 Grad gewaschen und anschließend vollständig getrocknet werden. Alternativ zur Waschmaschine können kochfeste Masken auch in einem Kochtopf abgekocht werden.

Zu beachten ist, dass FFP2 oder FFP3-Masken nicht gewaschen werden können. Sie sind im Müll zu entsorgen.

9. Werden gekaufte Masken verwendet, ist auf Herstellerangaben zur maximalen Anzahl der Wiederverwendungen zu achten, bei der die Festigkeit und Funktionsfähigkeit der Maske noch gegeben ist.

Muss man während man eine Mund-Nasen-Schutzmaske trägt husten oder niesen, bitte die Maske nicht abnehmen. Husten und Niesen sind genau die Gelegenheiten, bei denen Viren schnell verbreitet werden, Genau davor sollen aber die Masken schützen.

Natürlich ist es nicht angenehm, in eine Maske, die man ja direkt vor Mund und Nase trägt, zu niesen und diese Maske weiter zu tragen. Es empfiehlt sich daher, stets ein oder zwei Ersatzmasken dabeizuhaben, um im Bedarfsfall eine frische Maske aufsetzen zu können.

Lassen Sie uns auf Gott vertrauen und uns gegenseitig vor dieser Infektion schützen – durch richtigen Gebrauch einer Mund-Nasen-Schutzmaske.

Bleiben Sie behütet und gesund.