

## Nähanleitungen für einen Behelfs-Mund-Nasen-Schutz

Jede\*r, der/die mit einer Nähmaschine umzugehen weiß und noch Baumwollstoffe zu Hause hat, z.B. alte Bettwäsche oder Tischtücher, kann diese einfachen Masken herstellen.

Zwar verhindern diese nicht hundertprozentig die Ansteckungsgefahr. Sie sind weder geprüft, noch zertifiziert. Konsequentes, richtiges Tragen (Mund und Nase müssen bedeckt sein, regelmäßiges Wechseln und Waschen der getragenen Masken bei mindestens 60°) hilft aber dabei, Tröpfcheninfektion durch Kontakt mit Speichel zu reduzieren.

### Mundschutz mit Gummiband:

#### **Folgende Materialien werden benötigt:**

- ein 40 x 20 cm großes Stofftuch (atmungsdurchlässiger, kochfester Baumwollstoff)
- Gummiband
- einen langen, dünnen und biegsamen Draht (z.B. Basteldraht, Draht eines Schnellhefters)

#### **Schritt für Schritt Anleitung:**

Stofftuch auf 20 x 20 cm links auf links falten und gegenüber der geschlossenen Seite einmal grade abnähen, auf rechts wenden. Die offenen Nahtzugaben nach innen einschlagen und bügeln.

In das Stofftuch drei gleichmäßig verteilte Falten legen. Am Oberteil Draht einlegen. Im Anschluss wird das Gummiband in die Seite eingelegt. Hier gibt es zwei Varianten:

- 2 Gummibänder jeweils ca. 17 cm (werden als kleine Schlinge rechts und links an den Seiten befestigt)
- 4 Gummibänder jeweils ca. 15 cm (werden jeweils an den Ecken angebracht)

Den Mundschutz rundherum absteppen. Bei den Gummibändern mehrfach vor und zurück nähen, auch die Falten 2 Mal übernähen.

Fertig!



### Mundschutz mit Kopfband:

#### **Folgende Materialien werden benötigt:**

- ein 34 x 17 cm großes Stofftuch atmungsdurchlässiger, kochfester Baumwollstoff)
- zwei 90 cm lange und 2 cm breite Stoffstreifen (kochfeste Baumwolle)
- zwei 17 cm lange und 2 cm breite Stoffstreifen (kochfeste Baumwolle)
- einen langen, dünnen und biegsamen Draht (z.B. Basteldraht, Draht eines Schnellhefters)

#### **Schritt für Schritt Anleitung:**

17 cm x 34 cm großes Stofftuch zur Hälfte falten und bügeln. In das Stofftuch 3 gleichmäßig verteilte Falten bügeln (Faltentiefe 1,3 cm).



Zwei 90 cm lange und 2 cm breite Streifen (Kopfbänder) und zwei 17 cm lange und 2 cm breite Streifen (Kantenverstärkung) zur Hälfte falten und bügeln (Schrägstreifen). Eventuell die Ränder versäubern.

Stofftuch oben und unten in die Kantenverstärkung einlegen. Am Oberteil Draht in die Kantenverstärkung einlegen. Stofftuch einfassen. Die Kantenverstärkung feststecken und vernähen. Die eingebügelten Falten des Stofftuchs zusammenlegen und mittig auf beide Seiten in die Kopfbänder einlegen. Kopfbänder feststecken und vernähen.

Fertig!

