

Merkblatt Nasen-Mund-Maske/Mundschutz/Atemschutz

Definitionen

Ein **Mund-Nasen-Schutz** (chirurgischer Mund-Nasen-Schutz) ist keine Atemschutzmaske. Er reduziert die Abgabe von infektiösen Tröpfchen vom Träger in die Umgebung (z.B. beim Niesen, Husten, Sprechen). Er schützt den Träger (vgl. FFP1) vor sichtbaren Tröpfchen aus dem Auswurf eines Erkrankten und ist ein wirksamer Schutz vor Berührung von Mund und Nase mit kontaminierten Händen. Er gewährleistet also keinen vollständigen Infektionsschutz und ersetzt nicht andere Schutzmaßnahmen wie das Abstand halten bzw. das Zuhause bleiben! International empfehlen Seuchenexperten das Tragen von Mundschutz beim Besuch von unvermeidbaren Ansammlungen in Räumen wie Gesundheitseinrichtungen, Einkaufszentren, medizinische Testzentren und in öffentlichen Verkehrsmitteln. Österreich hat eine Maskenpflicht beim Einkaufen eingeführt.

Atemschutzmasken werden in Schutzklassen (Filtering Face Piece = FFP) eingeteilt. Masken FFP-1 dürfen eine Gesamtleckage von höchstens 25 % aufweisen, Masken FFP-2 von höchstens 11 % und Masken FFP-3 von höchstens 5 %, bei einem mittleren Partikeldurchmesser von 0,6 µm. Zur Reduktion des Atemwiderstandes werden die Masken auch mit Ausatemventil angeboten (Achtung: hierbei nur Eigenschutz - keine Anwendung durch den infektiösen Patienten). Die Masken sollen aus hygienischen Gründen nach einmaligem Tragen entsorgt werden.

Im Umgang mit SARS-Coronavirus infizierten Patienten werden Atemschutzmasken FFP3 empfohlen. Da die Masken zwingend von medizinischem Personal gebraucht werden und momentan nicht ausreichend zur Verfügung stehen, sollen sie zur Zeit nicht von der normalen (vermeintlich gesunden) Öffentlichkeit gekauft werden.

Schutzstrategien vor einer Coronavirus Infektion

1. Verminderung der Freisetzung erregerehaltiger Tröpfchen durch Hustenetikette und Mund-Nasen-Schutz
2. Schutz vor Tröpfchenkontamination durch Abstand halten (2 Meter), Atemschutzmaske (FFP3-Masken), Vermeiden von Kontakten (Stay at home)
3. Schutz vor Kontaktübertragung durch Basishygiene (Händewaschen, Händedesinfektion, Reinigung und Desinfektion von besonders manuell genutzten Punkten: Türgriffe, Tischoberflächen, Lichtschalter, Toilettenspülung, Tastaturen, Bedienoberflächen, etc.)

Ansteckungen bis zu einer Distanz von 10 Meter können möglich sein!

Selbstgenähte Nasen-Mund-Masken (DYM = Do it yourself masks)

Selbstgenähte Nasen-Mund-Masken (vergleichbar mit FFP1) sind kein idealer Schutz (ca. FFP3), aber besser als Nichts. Sie sind eine Ergänzung, jedoch keine Alternative zu anderen Schutzmaßnahmen! Diese Masken sind nicht zertifiziert, nicht geprüft und nicht sicher. Geeignete Materialien sind Geschirrhandtücher, Kopfkissen-bezüge und 100% Baumwoll T-Shirts. Die Maske sollte mindestens bei 60° waschbar sein und eine Kochdesinfektion, d.h. 10 Minuten in kochendem Wasser aushalten. Achten Sie auf

einen möglichst dichten Sitz, insbesondere im Bereich der Nase. In der Regel ist hier ein formbarer Drahtbügel erforderlich.

Regeln zum Gebrauch:

1. Vor dem ersten Gebrauch waschen (Waschmaschine, mindestens 60°). Vollständig trocknen lassen. Masken sollen individualisiert, immer von der jeweils gleichen Person getragen werden; Masken untereinander nicht tauschen.
2. Vor dem Anlegen Hände gründlich mit Seife waschen. Maske nur am äußeren Rand (z.B. Haltegummis oder -bänder) anfassen. Beim Anlegen unbedingt vermeiden die Innenseite anzufassen! Beim Ablegen unbedingt vermeiden die Außenseite der Maske anzufassen!
3. Mund und Nase müssen vollständig bedeckt sein. Maske soll an den Rändern möglichst dicht anliegen.
4. Maximal 2 bis längstens 6 Stunden tragen, sonst Wechselmaske erforderlich. Bei Durchfeuchtung muss früher gewechselt werden. Bei Erkältung eventuell Papiereinlage. Wechselmasken in sauberem Beutel mitführen. Benutzte Masken in Extrabeutel bis zur Reinigung verstauen (nicht in Jacken- oder Hosentasche stecken). Getragene Masken vor einer Reinigung und Desinfektion nicht wiederbenutzen. Nach dem Ablegen Hände gründlich mit Seife waschen.
5. Desinfektion: Nach Gebrauch in einem Topf mit kochendem Wasser übergießen. (Eventuell Metallnasenbügel vorher entfernen, etwas Spülmittel zugeben.) 10 Minuten warten. Vollständig trocknen lassen.

oder:

Backofen: 70°C, 30 Minuten (vorgeheizt)

6. Regelmäßig und nach jeder Verschmutzung waschen (Waschmaschine, mindestens 60°). Vollständig trocknen lassen. Sauber und geschützt aufbewahren.

Stand: 01.04.2020

Quellen:

Arbeitskreis "Krankenhaus- & Praxishygiene" der AWMF (2016): Hygieneanforderungen bei ausgewählten respiratorisch übertragbaren Infektions-Erkrankungen (aerogen und Tröpfchen) – Leitlinien

Baatz (2020): Sie brauchen einen Mundschutz und können nichts mehr bestellen !

Davies et al. (2013): Disaster Medicine and Public Health Preparedness

Hong Kong Free Press: Coronavirus: A definitive guide to buying and using face masks, by a viral immunologist