

2020/04/28/SG

Notes for users on the handling of self made face masks ("community masks")

The best protection against a potential virus transmission is still to consistently distance oneself from other, potentially virus-bearing persons. Nevertheless, the physical barrier of correctly wearing a community mask can provide some protection against larger droplets and oral/nasal mucous membrane contact with contaminated hands.

Persons who wear a community mask should therefore be sure to observe the following rules:

- The current hygiene regulations, in particular the current recommendations of the Robert Koch Institute (RKI, www.rki.de) and the Federal Centre for Health Education (BZgA, www.infektionsschutz.de) must still be observed.
- Even with a mask, the safety distance of at least 1.50 m from other people recommended by the WHO should be maintained.
- When putting on a mask, care must be taken to ensure that the inside is not contaminated. Hands should be washed thoroughly with soap before putting on the mask.
- The mask must be positioned correctly over the mouth, nose and cheeks and must fit as tightly as possible around the edges to minimise air ingress at the sides.
- The first time you use the mask, check that it allows enough air to pass through to minimise the risk of obstructing normal breathing.
- A soaked mask should be removed immediately and replaced if necessary.
- The outside of the used mask is potentially infectious. To prevent contamination of the hands, do not touch them.
- When the mask is removed, hands should be washed thoroughly (with soap for at least 20-30 seconds) in accordance with general hygiene rules.
- After removal, the mask should be stored in an airtight bag or similar, or washed immediately. It should only be stored for as short a time as possible to avoid the formation of mould in particular.
- After a single use, masks should ideally be washed at 95 degrees, but at least at 60 degrees, and then dried completely. Observe any manufacturer's instructions regarding the maximum number of cycles after which the strength and functionality is still given.
- If available, all manufacturer's instructions should be observed.

Translated with www.DeepL.com/Translator (free version)

(From: Website BfArM, 27.4.2020: Hinweise des Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) zur Verwendung von selbst hergestellten Masken (sog. „Community-Masken“).

Hinweise für Anwender zur Handhabung von selbstgenähten Stoffmasken („Community-Masken“)

Den besten Schutz vor einer potentiellen Virusübertragung bietet nach wie vor das konsequente Distanzieren von anderen, potentiell virustragenden Personen. Dennoch kann die physische Barriere, die das richtige Tragen einer Community-Maske darstellt, eine gewisse Schutzfunktion vor größeren Tröpfchen und Mund-/Nasen-Schleimhautkontakt mit kontaminierten Händen bieten.

Personen, die eine entsprechende Maske tragen möchten, sollten daher unbedingt folgende Regeln berücksichtigen:

- Die Masken sollten nur für den privaten Gebrauch genutzt werden.
- Die gängigen Hygienevorschriften, insbesondere die aktuellen Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts (RKI, www.rki.de) und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA, www.infektionsschutz.de) sind weiterhin einzuhalten.
- Auch mit Maske sollte der von der WHO empfohlene Sicherheitsabstand von mindestens 1.50 m zu anderen Menschen eingehalten werden.
- Beim Anziehen einer Maske ist darauf zu achten, dass die Innenseite nicht kontaminiert wird. Die Hände sollten vorher gründlich mit Seife gewaschen werden.
- 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.
- Bei der ersten Verwendung sollte getestet werden, ob die Maske genügend Luft durchlässt, um das normale Atmen möglichst wenig zu behindern.
- Eine durchfeuchtete Maske sollte umgehend abgenommen und ggf. ausgetauscht werden.
- Die Außenseite der gebrauchten Maske ist potentiell erregerrhaltig. Um eine Kontaminierung der Hände zu verhindern, sollte diese möglichst nicht berührt werden.
- Nach Absetzen der Maske sollten die Hände unter Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln gründlich gewaschen werden (mindestens 20-30 Sekunden mit Seife).
- Die Maske sollte nach dem Abnehmen in einem Beutel o.ä. luftdicht verschlossen aufbewahrt oder sofort gewaschen werden. Die Aufbewahrung sollte nur über möglichst kurze Zeit erfolgen, um vor allem Schimmelbildung zu vermeiden.
- Masken sollten nach einmaliger Nutzung idealerweise bei 95 Grad, mindestens aber bei 60 Grad gewaschen und anschließend vollständig getrocknet werden. Beachten Sie eventuelle Herstellerangaben zur maximalen Zyklusanzahl, nach der die Festigkeit und Funktionalität noch gegeben ist.
- Sofern vorhanden, sollten unbedingt alle Herstellerhinweise beachtet werden.

(Quelle: Website BfArM, 27.4.2020: Hinweise des Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) zur Verwendung von selbst hergestellten Masken (sog. „Community-Masken“).

Putting on and taking off a face mask

Anlegen eines Mund-Nasenschutzes



- In Patienten berührte Bereichen hygienische Händedesinfektion ansonsten Händewaschung
- Entnahme des MNS mit trockenen Händen
- Korrekte Ausrichtung beachten: Nasenklemme oben, weiße Seite dem Gesicht zugewandt
- Entfalten des Mund-Nasenschutzes

5a. Beim Modell Loop wird der MNS mit den Gummibändern an den Ohren befestigt. Anmodellieren der Nasenklemme, MNS unter das Kinn ziehen.

5b. Bei Modellen mit Bändchen, zuerst das Nasenstück anmodellieren, hinter dem Kopf so verschönüren, dass ein Verrutschen des MNS nicht möglich. MNS unter das Kinn ziehen.

6. Kontrolle auf richtigen Sitz des Mund-Nasenschutzes. MNS muss dicht anliegen und Nase und Kinn komplett bedecken.

Ablegen eines Mund-Nasenschutzes



Das Ablegen des Mund-Nasenschutzes soll ohne berühren der Schleimhäute im Bereich der Augen, der Nase und des Mundes erfolgen.

Der Mund-Nasenschutz darf dabei nicht an der Vorderseite der Maske berührt werden.

Nach der umgehenden Entsorgung des Mund-Nasenschutzes im Abwurf erfolgt eine hygienische Händedesinfektion oder eine Händewaschung.

Putting on your face mask

- define in- and outside of the mask, and don't change them
- the mask should have an integrated nose clip

- 1./ 2. wash and dry your hands before putting on your face mask
3. proper alignment: the nose clip has to be at the top (for medical masks, the white side is inside)
4. unfold the mask

Modelling of your mask

- 5a. If your masks has a twin strap design, pull them over your ears. Press the nose clip to your nose and tear the mask down to your chin.
- 5b. If your masks has ribbons, fix at first the nose clip, then tie the ribbons, that the mask stays in place and tear the mask under your chin.
6. correct fit: Mask must fit tight and cover mouth and nose completely.

Taking off your face mask

Don't touch your mucosa membranes in your eyes, nose or mouth while taking off the face mask.

Don't touch the front part of the mask, take it off by picking it at the ribbons or the straps.

Wash your hand afterwards.

(Quelle: Uniklinik Köln, Downloads Hospital hygiene, P2003136 – at date 03/2020)).

Recommendations how to clean self made face masks ("community masks")
Hinweise zur Reinigung von selbstgenähten Stoffmasken („Community-Masken“)



Coronavirus
Selbstgenähte Masken:
So reinigt ihr sie richtig!

- Waschen**
so oft wie möglich bei **mind. 60 °C**
am besten **draußen trocknen** lassen
- Backofen**
80 °C für zehn Minuten
- Mikrowelle**
Maske mit **Außenseite über Wasserschale** legen
hohe Wattzahl, mehrere Minuten
► Desinfektion mit Wasserdampf
- Bügeleisen**
wenn's mal schnell gehen muss,
reicht **kurzes Drüberbügeln**
besser: **waschen & bügeln**

Quellen: Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte;
Deutsche Gesellschaft für Hygiene und Mikrobiologie; Robert Koch-Institut

WISO

Cleaning of self-sewn masks

Washing

- as often as possible with 60°
- let them dry outside

Oven

- at 80° for 10 minutes

Microwave

- Place mask with outside over water bowl
- high wattage, several minutes
(disinfection by steaming)

Electric iron

- if it has to be done quickly, just iron it over
- better: washing and ironing

(From: <https://www.zdf.de/nachrichten/briefing/coronavirus-maskenpflicht-zdfheute-update-100.html>, 27.4.2020)