



Wie verwendet man chirurgische Mundschutzmasken?

In welchen Situationen trage ich meinen Mundschutz?

- ✓ Diese chirurgischen Mundschutzmasken schützen in erster Linie Ihre Umgebung, insbesondere wenn Sie selbst infiziert sind. Tragen Sie die Maske nur, wenn es vorgeschrieben (z.B. in öffentlichen Verkehrsmitteln) oder notwendig ist. Zum Beispiel, wenn die physische Distanz nicht garantiert werden kann, bei Kontakt mit schutzbedürftigen Personen oder wenn Sie in Gegenwart anderer Personen krank sind.
- ✗ Verwenden Sie einen chirurgischen Mundschutz NICHT als Selbstschutz mit der Absicht, eine infizierte Person zu nähern oder sie zu versorgen.
- ✗ Chirurgische Mundschutzmasken sind KEIN Ersatz für eine gute Handhygiene oder für die Einhaltung eines ausreichenden Abstands (mindestens 1,5 Meter) zu anderen Personen.
- ✗ Ein Mundschutz ist nicht erforderlich, wenn Sie sich im Freien ohne Menschen in Ihrer Nähe aufhalten.

Beachten Sie die Grundregeln!

- ✓ Bleiben Sie zu Hause, besonders wenn Sie krank sind.
- ✓ Waschen Sie Ihre Hände oft mit Wasser und Seife und berühren Sie Ihr Gesicht so wenig wie möglich.
- ✓ Verwenden Sie jedes Mal ein neues Papiertaschentuch beim Naseputzen, Schnaufen, Husten oder Niesen und werfen Sie es nach Gebrauch in einen geschlossenen Mülleimer.
- ✓ Kein Taschentuch? Husten oder Niesen Sie an der Innenseite des Ellenbogens.
- ✓ Halten Sie einen Mindestabstand von 1,5 m zu anderen Personen ein.

Wie setze ich meinen Mundschutz richtig auf und ab?

- **Waschen Sie Ihre Hände sorgfältig mit Wasser und Seife**, bevor Sie den Mundschutz berühren. Wenn Seife und Wasser nicht verfügbar sind, bitte desinfizieren Sie Ihre Hände.
- Kontrollieren Sie, ob der Mundschutz in gutem Zustand ist. Gibt es sichtbare Flecken oder Löcher? Wenn ja, entsorgen Sie ihn sofort in einem versiegelten Mülleimer.
- Halten Sie den Mundschutz mit dem Metallbügel oder dem steifen Rand nach oben. Legen Sie die Innenseite des Mundschutzes (weiße Seite) gegen Nase, Mund und Kinn und drücken Sie auf die Nase, um die Maske anzupassen.
- Dehnen Sie die Maske so, dass sie Ihre Nase und Ihr Kinn bedeckt und gut sitzt (keine Lücken zwischen Maske und Gesicht).
- Wenn Sie die Mundmaske aufgesetzt haben, vermeiden Sie es, Ihre Maske zu berühren.
- Wenn Ihre Mundmaske verrutscht oder nicht richtig befestigt ist, berühren Sie sie nur an den Seiten, um sie wieder anzubringen.
- **Waschen Sie sich danach sorgfältig die Hände.**
- Tragen Sie den gleichen Mundschutz für **maximal 8 Stunden**. Ersetzen Sie es schneller, wenn es feucht oder schmutzig ist.
- Wenn Sie in der Zwischenzeit den Mundschutz abnehmen möchten, z.B. zum Trinken:
 - ✓ Lassen Sie den Mundschutz an einem Ohr hängen oder bewahren Sie sie an einem sauberen Ort mit der Außenseite nach oben oder in einer individualisierten Papierhülle auf.
 - ✗ Stecken Sie ihn nicht in eine Jacken- oder Handtasche.
- Vermeiden Sie es, den Mundschutz zu oft auf- und abzusetzen. Für Nicht-Pflegepersonal: "Tragen Sie Ihren Mundschutz niemals unter der Nase oder unter dem Kinn (! Infektionsgefahr!)".

Diese Informationen werden Ihnen von Ihrem Apotheker zur Verfügung gestellt.