

Nähanleitung Schutzmaske



**Bitte diese Anleitung weitergeben, kopieren usw.
Ich verzichte auf ein Copyright.**

Schutzmasken sind in Europa Mangelware und sollten vor allem im medizinischen Bereich eingesetzt werden.

Wir können uns mit selbst genähten Stoffmasken schützen. Diese bieten nicht den gleichen Schutz wie zertifizierte Masken aber sie bieten ausreichenden Schutz für kurze Zeit (Einkauf), insbesondere halten sie Niesen und Husten zurück und schützen vor Kontakt mit den Händen um Nase und Mund.

Nach Gebrauch können sie gewaschen werden und fallen nicht der Umwelt zur Last. Halten Sie mit Maske auch weiterhin die Distanz- und Hygieneregeln ein.

Masken dürfen farbig und fröhlich sein und zeigen Sie damit Solidarität mit Allen.

Jetzt wünsche ich gutes Gelingen und dass wir gut durch diese Krise kommen.

Mit lieben Grüßen
Hugo Hostettler

Bitte teilen Sie Ihre Erfahrungen auf www.nähcoach.ch

Zitat aus: 20Min.07.04.2020, 16:36 : <http://m.20min.ch/wissen/news/story/Selbst-einfache-Masken-halten-Coronaviren-zurueck-14490824>

Auch Stoffmasken schützen

Doch was, wenn man die Hygienemasken angesichts der knapper werdenden Lagerbestände den Ärzten- und dem Pflegepersonal überlassen möchte? Dann dürften es auch selbst genähte Masken tun, wie Cowling gegenüber der Nachrichtenagentur Reuters sagte: «Meiner Meinung nach dürften auch Stoff- oder Baumwollmasken schützen, wenn auch etwas weniger als eine richtig getragene chirurgische Maske.»

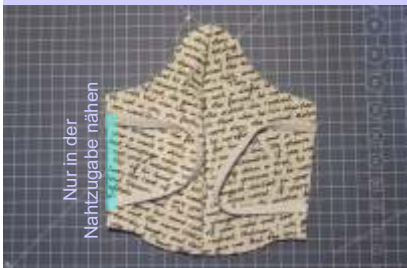
Nähanleitung

Stoffwahl: Als Stoffe eignen sich alle dichtgewobenen Stoffe (Reste) aus Baumwolle, die auf der Haut angenehm sind. Ich habe für die ersten Muster Ditte und für aussen federdichten Kissenstoff verwendet. Es darf auch bunt und frech sein. Dünne Stoffe können mit einer Bügeleinlage versehen werden.

Schnittmuster: Das Schnittmuster ausdrucken, darauf achten, dass es 1:1 gedruckt wird (Kontrollfeld 5 cm) Das Schnittmuster ist ohne Nahtzugabe, so kann es nach Bedarf noch vergrößert oder verkleinert werden. Ausschneiden.



Stoffe doppelt legen (Muster nach innen, sog. rechts auf rechts), Schnittmuster aufstecken. Mit Nahtzugabe ausschneiden Breite der Nahtzugabe halb so breit wie der verwendete Nähfuß (7.5 - 10 mm). Ganz nahe am Schnittmuster die Naht A ausführen. Jeweils für das Innen- und Aussenteil. Optional: Ich versäubere die Naht mit der Overlock. Die Nahtzugabe entweder auf eine Seite legen oder auseinander bügeln.



Zwei Elastik 19 cm lang auf dem Aussenstoff auf der Aussenseite (rechts) nur innerhalb der Nahtzugabe mit dem genähten Zickzack festnähen. Darauf achten, dass die Elastik nicht verdreht sind)



Stoffe rechts auf rechts legen (Die Elastik liegen jetzt zwischen den Stoffen und die schon genähten Nahtzugaben aussen) und feststecken. Eine Wendeöffnung vorsehen. Mit dem Geradstich nähen, am Anfang und Ende vernähen, damit die Wendeöffnung nicht erweitert wird.



Jetzt wenden. Alle Ecken mit einem stumpfen Werkzeug herausarbeiten.



Knappkantig die Wendeöffnung verschliessen und die ganze Maske umrunden.

Tipp 1: In den Ecken mit einer Unterlage (Hebamme) arbeiten um dem Fuss den Start zu erleichtern.

Tipp 2: Mit einer Nadel die Naht etwas herausziehen, damit die Form perfekt wird.

Fertig ist die Maske. Wenn Sie für jede Ihnen wichtige Person ein paar Masken nähen, können wir einen grossen Beitrag im Kampf gegen die Pandemie leisten.

Empfehlungen für den Umgang mit selbst genähten Stoffmasken.

Die Masken vor dem ersten Gebrauch waschen 60 °C, evtl. noch bügeln.

Die Maske nur kurzzeitig verwenden (z. B. beim Anstehen und Einkaufen) hier ist der Schutz gegenüber anderen Personen im Vordergrund. Selber kann man sich weniger ins Gesicht langen. Auch da einsetzen, wo die Distanzeinhaltung schwierig ist z. B. beim Spazieren gehen, wenn Uneinsichtige entgegenkommen (Erinnert die Leute ans Distanzhalten).

**Weiterhin die Distanz- und Hygieneregeln einhalten.
Hände mit Seife gründlich waschen.**

Nach dem Ausziehen (nur an den Gummibändern berühren) separat einpacken in einen dichten Stoff- oder Plastiksack und in die Wäsche bringen.

Danach unbedingt die Hände gründlich waschen.

Die Masken bei 60 °C in der Waschmaschine waschen.

Da Händewaschen für die Beseitigung der Viren ausreichen soll, könnte man auch die Masken jeweils mit Seifenwasser auswaschen, wenn gerade kein Waschgang geplant ist.

Nach ein paarmal waschen, insbesondere wenn die Elastik schlaff werden, entsorgen.

Jetzt hoffe ich, dass diese Masken Dir das Leben erleichtern und einen gewissen Schutz bieten. Und dass sie Dir später als Staubmaske dienen können.

Hugo Hostettler
nähcoach.ch

