

# Sicherer Umgang mit FFP2-Masken

## Wie setze ich die Maske richtig auf?

- Vor und gegebenenfalls auch nach dem Anlegen der Maske Hände waschen oder desinfizieren.
- Berühren der Masken-Innenseite beim Aufsetzen vermeiden.
- Die Maske muss über Mund und Nase sitzen und an den Wangen eng anliegen, die Nasenbügel (falls vorhanden) sind anzupassen.
- Die Maske sollte nicht um das Handgelenk oder den Hals getragen werden.

## Wie kann ich testen, ob meine FFP2-Maske dicht sitzt?

Für einen effektiven Schutz ist der dichte Sitz einer FFP2-Maske wichtig. Einen dichten Sitz kann man prüfen, indem man beim ersten Aufsetzen der Maske kräftig einatmet, dann sollte sich die Maske deutlich zusammenziehen. Ein Bart kann die Schutzwirkung beeinträchtigen.

## Was ist zu tun, wenn meine FFP2-Maske nicht dicht sitzt?

Man sollte wissen, dass die Schutzwirkung in diesem Fall reduziert ist. Bei der nächsten Maskenausgabe sollte man das Problem ansprechen. Eventuell ist ein anderes Modell in der Apotheke verfügbar. Dabei ist zu beachten, dass es keine standardisierten Größen gibt und die Apotheker vorab somit keine Aussage über die Passform treffen können.



## Wie lange darf ich eine FFP2-Maske tragen?

Eine FFP2-Maske ist immer dann zu entsorgen, wenn sie stark durchfeuchtet ist. Sonst darf die Maske, wenn sie korrekt abgesetzt und gelagert wird, auch wieder aufgesetzt und weitergetragen werden. Als Anhaltspunkt: Insgesamt sollte jede Maske nicht mehr als etwa 20 Stunden getragen werden. Wenn die Atmung durch eine Maske schwerer wird, kann das ein Hinweis sein, dass die Filterschicht durch Feinstaub zugesetzt ist und die Maske entsorgt werden sollte.

## Was ist bei der Weiterverwendung einer FFP2-Maske zu beachten?

Zwischenzeitlich sollte die Maske trocken gelagert werden, wobei sie keine anderen Gegenstände berühren sollte. Bei erneutem Aufsetzen am besten nur an den Bändern anfassen.

## Kann ich eine FFP2-Maske reinigen?

Nein, eine FFP2-Maske sollte in der Regel weder durch Waschen, noch durch Desinfizieren, noch mithilfe einer Mikrowelle aufbereitet werden.

## Was muss ich außerdem beachten?

Auch beim Tragen einer FFP2-Maske gilt: Abstand halten, Kontakte reduzieren, Händehygiene beachten sowie regelmäßig lüften.

## Wann sollte ich zum Arzt?

Bei anhaltenden Atemproblemen nach Tragen einer Maske sollten diese mit einem Arzt besprochen werden.