

# Umgang mit Masken

Den besten Schutz vor einer Virusübertragung bietet das Reduzieren von Kontakten auf das notwendige Minimum. Kann ein ausreichender Schutz durch technische und organisatorische Schutzmaßnahmen nicht sichergestellt werden, muss ein Mund-Nasen-Schutz zur Verfügung gestellt werden. Das gilt besonders, wenn ein Mindestabstand von 1,5 m nicht gewährleistet ist oder Arbeiten mit erhöhtem Aerosolausstoß ausgeführt werden.

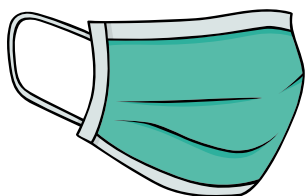
## Schutz vor eventuell virenbelasteten Aerosolen und Tröpfchen

Das Coronavirus SARS-CoV-2 wird nach aktuellen Erkenntnissen vor allem über die Atemluft durch Tröpfchen und Aerosole übertragen, die mit Viren belastet sein können. Durch die Benutzung von geeigneten Masken können die Freisetzung und das Einatmen von Aerosolen und Tröpfchen unterbunden werden. Man unterscheidet zwischen Fremdschutz und Eigenschutz.

## Die zwei Maskentypen

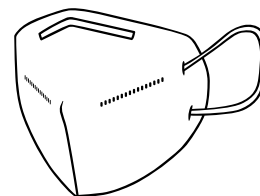
### Medizinische Gesichtsmaske (Mund-Nasen-Schutz)

Medizinische Gesichtsmasken bieten einen definierten Fremdschutz. Dementsprechend schützen diese vorwiegend andere Personen in der Umgebung des Trägers bzw. der Trägerin. Tragen alle Personen in einem Bereich konsequent eine solche Maske, ist ein ausreichender Eigenschutz gegeben.



### Atemschutzmaske Filterierende Halbmasken / FFP2 oder vergleichbar

Atemschutzmasken sind persönliche Schutzausrüstungen, die hohe Filterleistungen für feste und flüssige Aerosole nachweisen müssen. Sie bieten einen guten Eigen- und Fremdschutz, stellen aber für Benutzerinnen und Benutzer eine etwas höhere Belastung dar. Ausatemventile sind für den Infektionsschutz nicht zulässig.



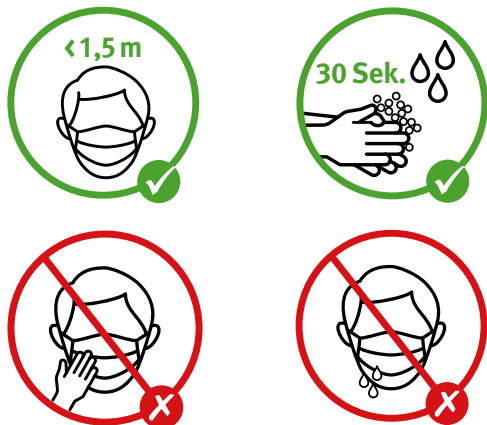
Maskentyp / Eigenschaften	Medizinische Gesichtsmaske	Atemschutzmaske
Abkürzung / Synonym	Mund-Nasen-Schutz (MNS)	Filterierende Halbmasken / FFP2 oder vergleichbar
Verwendungszweck	Fremdschutz, gewisser Eigenschutz	Eigen- und Fremdschutz / Arbeitsschutz
Persönliche Schutzausrüstung	Nein	Ja
Testung und Zertifizierung / Zulassung	Ja DIN EN 14683	Ja siehe Anlage Corona-Arbeitsschutzverordnung

Beide Maskentypen sind grundsätzlich Einmalprodukte. **Mund-Nasen-Bedeckungen** beispielsweise aus Stoff finden allenfalls noch im privaten Gebrauch Anwendung, da sie keiner gesetzlichen Norm zu Filtereigenschaften unterliegen.

## Umgang mit Masken

### Fünf wichtige Regeln zum Umgang mit Masken

- 1 Händewaschen**  
Vor dem Anlegen und unmittelbar nach dem Ablegen der Maske sollte man sich 30 Sekunden gründlich die Hände mit Seife waschen. Ist dies nicht gleich möglich, lieber die Maske aufbehalten, bis man sich die Hände waschen kann.
- 2 Sitz**  
Die Maske muss gut passen und über Mund, Nase und Wangen sitzen. Die Ränder der Maske sollten eng anliegen, damit möglichst wenig Luft an der Maske vorbei eingeatmet wird. Durch eine Anpassung des Nasenbügels oder der Länge der Ohrschlaufen (z.B. Knoten) kann der Dichtsitz verbessert werden.
- 3 Berühren verboten**  
Vermeiden Sie unbedingt, die Außenseite der Maske zu berühren oder diese zu verschieben. Zum Abnehmen nur an den Bändern anfassen.
- 4 Feuchtigkeit**  
Die Maske wechseln, wenn sie durch die Atemluft durchfeuchtet ist.



- 5 Benutzungsdauer**  
Filterierende Halbmasken ohne Ausatemventil haben einen erhöhten Atemwiderstand, daher muss die Tragedauer zeitlich begrenzt werden. Eine maximale Tragezeit sollte in Abstimmung mit dem Betriebsarzt festgelegt werden.

In der Erholungszeit können Arbeiten durchgeführt werden, bei denen kein Infektionsrisiko besteht. Bei vielen Tätigkeiten muss eine Maske ohnehin nur kurzzeitig getragen werden, wenn z.B. Mindestabstände nicht sicher eingehalten werden können.

Weitere Informationen und Anhaltswerte für die Tragedauer und anschließende Erholungszeit unterschiedlicher Maskentypen finden Sie in der [DGUV Regel 112-190](#).

### Achtung:

Das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes bietet zwar einen ausreichenden Fremdschutz, aber nur einen begrenzten Eigenschutz. **Achten Sie auch mit Maske immer auf den empfohlenen Mindestabstand zu anderen Personen und halten Sie die Hygieneregeln ein.**

Selbst das Tragen einer Atemschutzmaske bietet keinen absoluten Schutz. Verhalten Sie sich daher niemals leichtsinnig.

Achten Sie auch in Pausen und Erholungszeiten unbedingt auf Abstand und die nötigen Hygieneregeln besonders nach Ablegen Ihrer Maske.

### Tipp 1:

[Optimaler Schutz durch FFP2-Masken \(dguv.de\)](#)  
In diesem **Video** zeigt das Institut für Arbeitsschutz der DGUV **5 Schritte zur richtigen Verwendung einer FFP2-Maske**.

### Tipp 2:

**Arbeitsmedizinische Vorsorge:**  
Atemschutzmasken weisen aufgrund ihrer erhöhten Filterleistung einen höheren Atemwiderstand auf. Sollten Sie gesundheitliche Bedenken haben, können Sie das Vorsorgeangebot Ihres Arbeitsmediziners bzw. Ihrer Arbeitsmedizinerin in Anspruch nehmen.