

17. Juni 2020

RADIOBEITRAG als Text

Masken tragen, aber richtig

Anmoderation:

In den Geschäften, beim Friseur oder in der Bahn – überall gehören Behelfsmasken schon längst dazu. Trotzdem wissen viele Menschen nicht, wie sie richtig mit den Alltagsmasken umgehen sollen. Kristin Sporbeck hat bei Anja Debrodt, Ärztin im AOK-Bundesverband, in einem Telefoninterview nachgefragt.

Länge: 2.48 Minuten

Kristin Sporbeck:

Das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes, der sogenannten Alltags- oder Communitymasken, ist mittlerweile schon das gängige Bild im Alltag. Dabei sieht man allerdings auch immer wieder, wie die Masken auf der Stirn kleben oder unterm Kinn hängen. Für den AOK-Radioservice frage ich, Kristin Sporbeck, bei Anja Debrodt nach, welche Do's und Dont's beim Maskentragen gelten. Dazu habe ich Frau Debrodt am Telefon – sie ist Ärztin im AOK-Bundesverband. Hallo Frau Debrodt.

Anja Debrodt:

Hallo.

Kristin Sporbeck:

Ich komme gleich mal zur ersten Frage: Worauf sollte man denn beim Tragen der Alltagsmasken achten?

Anja Debrodt:

Vor dem Aufsetzen der Maske sollte man die Hände natürlich gründlich waschen nach den aktuellen Regeln: das heißt, mindestens 20 bis 30 Sekunden und dann mit einem eigenen Handtuch abtrocknen. Dann sollte man die Maske am besten nur an den Gummis oder den Bändern anfassen und aufsetzen. An den Rändern sollte sie abschließen und auf jeden Fall Mund, und Nase und Kinn bedecken und über die Wangen reichen. Brillenträger setzen die Brille dann über die Maske.

Kristin Sporbeck:

Und was sollte man während des Tragens der Maske nicht tun? Man sieht ja häufig auch eine freie Nase oder die Maske unterm Kinn oder ähnliches.

Anja Debrodt:

Genau. Das sind die Dont's. Die Maske sollte während der gesamten Zeit des Tragens genau da bleiben, wo sie hin gehört. Mal eben unter das Kinn schieben oder auf die Stirn setzen, sollte man vermeiden. Dazu muss man die Maske ja auch anfassen und das sollte man auf gar keinen Fall tun.

Kristin Sporbeck:

Warum soll man diese Dinge denn nicht tun?

Anja Debrodt:

Die Maske kann von außen bereits mit Krankheitserregern verunreinigt sein. Berührt man diese dann beim Verschieben der Maske, kann man sich, wenn man sich danach in das Gesicht fasst, damit infizieren. Für unterwegs empfiehlt sich eine luftdicht verschließbare Tüte, um die benutzten Masken bis zur nächsten Wäsche aufzubewahren. Gleiches gilt auch für Schals und Tücher, die man als Mund-Nasen-Schutz verwendet.

Kristin Sporbeck:

Haben Sie noch ein paar Tipps wie man die Alltagsmasken aus Stoff richtig pflegen sollte?

Anja Debrodt:

Um die Masken wieder verwenden zu können, sollte man sie in luftdicht verschlossenen Tüten aufbewahren, solange man sie nicht waschen kann. Waschen sollte man die Masken dann bei mindestens 60°C, besser noch bei 95°C und zwar mit einem Vollwaschmittel. Alternativ kann man die Masken auch für mindestens zehn Minuten in einem Topf mit Wasser auskochen. Nicht sicher ist, dass das Reinigen in Mikrowelle oder Backofen oder mit Desinfektionsmittel wirksam ist. Es ist auf jeden Fall sinnvoll, mehrere Masken zum Wechseln dabei zu haben und in einem sauberen Beutel aufzubewahren.

Kristin Sporbeck:

Haben Sie vielen Dank!

Anja Debrodt:

Ja, sehr gern.