

Anleitung für eine wiederverwendbare DIY-Atemmaske

1 Das richtige Material

- Oberstoff und Futter: **gut atemdurchlässiger** Baumwollstoff waschbar bei mind. 60°

Prüfung der Atem-Durchlässigkeit:

Tuch/ Stoff doppelt legen
dicht um den Mund schließen
Ein- und Ausatmen

nur wenn das Atmen angenehm und leicht möglich ist,
eignet sich das Material.



Ist das Atmen durch den Stoff schwierig oder nicht möglich, kann die DIY-Atemmaske eine unerwünschte Luftkanalisation über die Randbereiche bewirken. Man muss kraftvoller und tiefer einatmen um genug Luft zu bekommen und so kommt es möglicherweise sogar zu verstärktem Transport von Mikropartikeln in die Bronchien.



- Gummiband oder Gummilitze, optional Stoffbänder
- Stärkerer, biegsamer Draht/ Metallbügel eines Hefters, Nasenbügel



2 Der Filtereinsatz

- DING-Filtervlies® oder Wollfilz als Filtereinlage

Eine Einlage, die die Luft tatsächlich filtern und somit reinigen kann, ist wichtig gerade bei atemdurchlässigem Baumwollstoff. Geeignet ist DING-Filtervlies® vom Meter oder Wollfilz, zum Beispiel auch Zuschnitt von einem zu heiß gewaschenen Wollpullover. Hierbei muss die Durchlässigkeit der Atmung weiter gewährleistet sein, was aber meist ohne Probleme funktioniert.

Die industriell hergestellten Filtereinlagen (DING-Filtervlies®) sind mehrlagig. Die Wollschicht ist richtig mit Silber beschichtet und darüber ein Kupfervlies.

Das industriell hergestellte Filtermaterial gibt es zum Zuschneiden vom Meter.

Wir haben ganze Rollen besorgt und bieten dieses nun in Kleinmengen zum Verkauf an (siehe <https://www.ebay.de/usr/takecare4all>)

takecare4all
DIY-Atemmaske

3 Das Schnittmuster

Download:

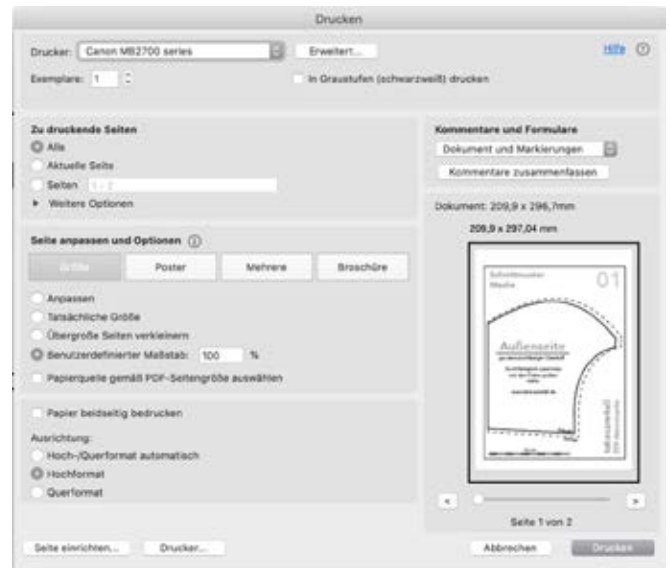
Das Schnittmuster unter folgendem Link herunterladen:
<https://takecare4all.de/downloads/>

Drucken:

Das Schnittmuster besteht aus 2 Seiten für den Oberstoff und das Futter.

!Wichtig!
Das PDF-Schnittmuster auf DIN-A4
ohne Skalierung drucken!

„Tatsächliche Größe“ oder
„Benutzerdefinierter Maßstab 100%“ →



Auf beiden Seiten findest du eine 10 cm lange Messleiste, mit der du kontrollieren kannst, ob dein Drucker richtig gedruckt hat.

Ausschneiden:

Anschließend die gewünschte Größe zuschneiden, damit diese als Schablone verwendet werden kann.

4 Die DIY-Atemmaske nähen

möglichst einfach - Nähprofis können gerne noch Zwischenschritte zur Optimierung einfügen

Oberstoff und Futter zuschneiden

Beide Schnittvorlagen doppelt aus dem Oberstoff und dem Futter zuschneiden. (Die 0,5 cm Nahtzugabe ist im Schnittmuster enthalten)



Nähen der Rundungen

Die geschnittenen Stoffe jeweils mit der gewünschten Außenseite aufeinanderlegen und entlang der Rundungen die erste Naht setzen.

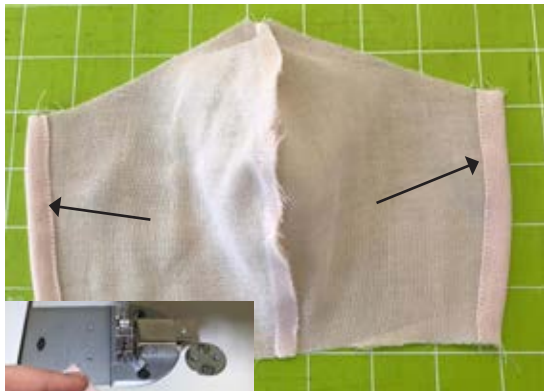


takecare4all
DIY-Atemmaske

Diese DIY-Atemmaske ist für den privaten Gebrauch und als Notbehelfsmaske für Hilfsprojekte gedacht. Sie ersetzt keine medizinische Atemschutzmaske. Die DIY-Atemmaske ist weder geprüft noch zertifiziert und stellt lediglich ein Behelfsmittel dar. Die Anleitung haben wir nach bestem Wissen und Gewissen angefertigt, für eventuelle Fehler übernehmen wir keine Haftung.

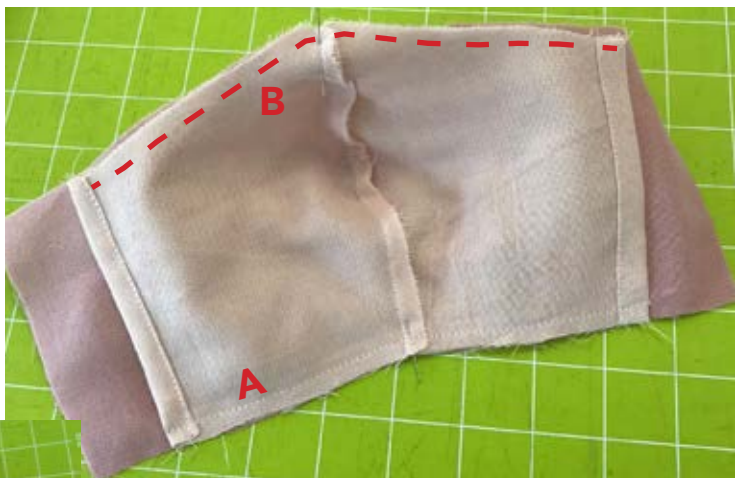
Einschlagen der geraden Ränder

Beim Futter die rechte und die linke Seite nach links einschlagen und ein weiteres Mal umschlagen. Anschließend den Umschlag festnähen.



Zusammennähen von Futter und Obermaterial

Beide Teile rechts auf rechts zusammenlegen. Von der Mitte ausgehend feststecken und zunächst die untere Naht setzen (A). Dabei den Überstand des Obermaterials aussparen.



Die obere Naht (B) entsprechend. Dabei die Kanten deckungsgleich aufeinander schieben.



Naht für den Nasenbügel

Steppnaht an der oberen Rundung für den Nasenbügel setzen (siehe Markierung im Schnittmuster)



Den Umschlag vom Oberstoff mit 1cm Breite nähen, damit hier später das Gummi durchgezogen werden kann.



Auf rechts drehen und die Nähte sorgfältig ausstreichen/bügeln.



Auf der unteren Kante einen Riegel/ eine kurze Naht (1-2cm) setzen, damit später der eingelegte Filter nicht zu weit nach unten rutscht.



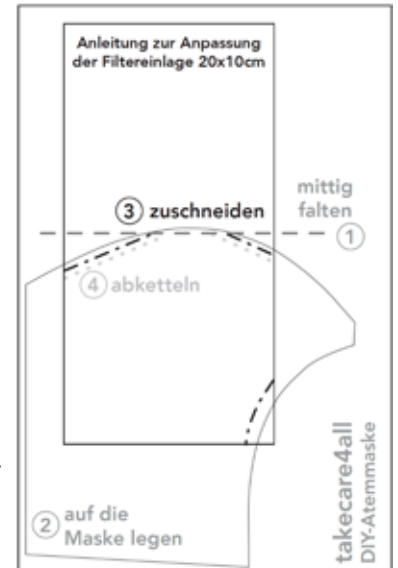
Das Gummi in den Umschlag des Oberstoffes einziehen. Länge des Gummis hinter den Ohren (wahlweise hinter am Hinterkopf) anpassen, so dass die Maske fest sitzt und dann verknoten (Länge Herren ca. 30cm/ Damen ca. 25cm). Enden verknoten oder vernähen und im Tunnelzug verstecken. Nasenbügel einziehen und anpassen.



takecare4all
DIY-Atemmaske

5 Die Filtereinlage anpassen

- 1 Die Filtereinlage mittig falten (beim DING-Filtervlies® so, dass die kupferfarbene Seite außen liegt)
- 2 Die gefaltete Filtereinlage auf die fertige DIY-Atemmaske legen, damit die Filtereinlage an die Rundung der Maske angepasst werden kann.
- 3 So zuschneiden, dass sich die Filtereinlage den Rundungen der Maske folgt.
- 4 Die beiden abgeschnittenen Ecken im Mundbereich möglichst eng abketteln.
- 5 Die Filtereinlage längs zusammendrücken, den Filter in die Einstecktasche einsetzen und auf einen guten Sitz in der Maske achten (die kupferfarbene Seite vom DING-Filter® nach außen).



6 Handhabung der DIY-Atemmaske

Für unsere DIY-Atemmaske gelten natürlich die Hygiene Regeln, wie bei allen Masken:

- 1 Vor der Anwendung sollte jede Maske noch einmal auf gute Durchlässigkeit des Atems geprüft werden.
Im Fall von Atemnot, Schwindel, Erschöpfung sofort abnehmen!
- 2 Wird die Maske nass, muss sie natürlich sofort gewechselt werden
- 3 Die Maske nie berühren - außer beim Aufsetzen oder abnehmen (hierbei nur an den Befestigungsbändern anfassen)
- 4 Hände sofort nach dem Abnehmen mit Seife direkt waschen oder desinfizieren
- 5 Eine Maske inkl Beutel ist ein persönliche Hygieneschutzmittel und sollte nicht mit anderen Personen getauscht werden (am besten markieren/beschriften)
- 6 Die Maske ersetzt nicht den Mindestabstand (1,5m) und auch nicht die Handhygiene!

Reinigung und hygienischer Umgang mit der DIY-Atemmaske

Beim Abnehmen den Filter aus der Maske herausnehmen und die Hülle gründlich mit Seife reinigen. Waschen der Maske bei 60°C ist möglich (bei einem Wollfilter auch inkl. Filtereinlage). Optional kann die Maske auch mit kochendem Wasser übergossen werden oder besser in einem Topf kurz aufgekocht werden. Auch der Ding-Filter® kann zur Reinigung kurz in kochendes Wasser getaucht werden, anschließend sollte er auf einem Frottéetuch ausgedrückt und gleich getrocknet werden.

takecare4all
DIY-Atemmaske