

## Mund-Nasen-Maske/Atemschutzmaske

Empfehlungen Bundeszentrale für Infektionsschutz, Robert-Koch-Institut und weitere

### Ist das Tragen einer Mund-Nasen-Maske in der Allgemeinbevölkerung zum Schutz vor akuten Atemwegserkrankungen sinnvoll?

#### Wichtigsten und effektivsten Maßnahmen zur Vorbeugung (aktueller Stand 23.03.2020)

- Einhalten der Husten- und Niesregeln (Armbeuge)
- eine gute Händehygiene (mind. 20 sec. mit Seife bis zum Handgelenk)
- keine Hände schütteln
- so wenig wie möglich ins Gesicht fassen, Schleimhäute im Gesicht (Mund, Augen, Nase) nicht mit den Fingern berühren
- Knöpfe im Fahrstuhl mit Stift, Schlüssel oder Knöcheln drücken
- das Abstandhalten (ca. 1,5 bis 2 Meter) von (krankheitsverdächtigen) Personen (überfüllte Räume und Menschenansammlungen meiden, Fahrstühle alleine benutzen, Taxifahrten vermeiden)
- gut lüften

- **Ja, ist sinnvoll:** Für Personen, die an einer akuten Atemwegsinfektion erkrankt sind, und sich im öffentlichen Raum bewegen (z.B. eines chirurgischen Mundschutzes). Verringert das Risiko einer Ansteckung anderer Personen durch Tröpfchen, welche beim Husten oder Niesen entstehen (Fremdschutz). Mundschutz muss korrekt sitzen (enganlegend) und **gewechselt werden, wenn er durchfeuchtet oder verschmutzt ist. Spätestens nach 2 Stunden.**
- **Nein, nicht sinnvoll für Allgemeinbevölkerung (aktueller Stand 22.03.2020 RKI)**  
„Aktuell keine hinreichende Evidenz dafür, dass das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes das Risiko einer Ansteckung für eine gesunde Person, die ihn trägt, signifikant verringert. Gesunden Menschen bieten die meisten Atemmasken keinen guten Schutz: Masken werden durch kondensierte Atemluft durchfeuchtet, Barrierschutz wird schon nach 20 Minuten aufgehoben.“  
Ausnahme: mäßigen Schutz durch Masken der Klasse **FFP2**, guten Schutz bieten **FFP3**-Masken  
-> schweres atmen  
**Achtung:** Nach Angaben der WHO: „Kann das Tragen einer Maske in Situationen, in denen dies nicht empfohlen ist, ein falsches Sicherheitsgefühl erzeugen, durch das zentrale Hygienemaßnahmen vernachlässigt werden können.“
- **Annahme Virologe H. Drosten Charité Podcast NDR-Info:**  
Es bringt nur etwas, wenn die gesamte Bevölkerung einen Mund-Nasen-Maske tragen