

## Mundschutz selber machen ohne nähen

Eine Anleitung zum Basteln einer Atemschutzmaske

Mit freundlicher Genehmigung des **Autors Peter von Stamm**, Verlag Der Tagesspiegel GmbH, Berlin, ©30.03.2020 auf [www.tagesspiegel.de](http://www.tagesspiegel.de). Alle **Fotos: Peter von Stamm**

„In der Coronakrise sind Schutzmasken so gefragt wie nie. Tagesspiegel-Autor Peter von Stamm zeigt, wie Sie sich einen Mundschutz einfach selber basteln können. [...]

In Hong Kong-Shenzen bat die Behörde das Krankenhaus der Universität um Hilfe: Es sollte eine Do-it-yourself-Methode zum „Selbermachen von einfachen Schutzmasken“ veröffentlicht werden.

So entstand diese Anleitung. Sie ist simpel, preisgünstig und auch von handwerklich nicht geschickten Menschen, wie unserem Autor, umzusetzen.

---

### Das brauchen Sie zum Selberbasteln:

Wenn Sie sich auch eine solche DIY-Schutzmaske anfertigen wollen, dann benötigen Sie:



Diese Materialien benötigen Sie.

- 2 Lagen Küchenrollen-Papier
- 1 Papier-Taschentuch
- Breites Klebeband, am besten Maler-Krepp
- 4 Gummibänder
- Ein Stück Draht, zum Beispiel, wie er zum Verschließen von Kaffee-Tüten verwendet wird
- Eine Schere
- Einen Büro-Locher

Mehr benötigen Sie nicht.

### Und so gehen Sie vor:

1. Waschen Sie sich zunächst sorgsam die Hände. Nehmen Sie dann zwei Blatt Küchenrollenpapier und legen sie die Blätter übereinander (drehen Sie das obere Blatt um 90 Grad)

Deutschlands bekanntester Virologe, Prof. Christian Drosten von der Berliner Charité, hat diese Anleitung auf Twitter empfohlen.

Die selbst gemachten Schutzmasken ersetzen selbstverständlich keine FFP2-Masken.

Als „normale“ Schutzmasken sind sie in der Öffentlichkeit aber sehr nützlich. Auch, wenn sie den Träger nicht vor dem Coronavirus schützen, verhindern sie doch das unkontrollierte Aushusten oder Ausniesen von virenbelasteten Tröpfchen und erreichen hinsichtlich der Filtration laut Hong Kong Universität 80 bis 90 Prozent „Schutzrate“ von herkömmlichen Masken.

Auch erhöhen die Masken die Sicherheit, besonders dort, wo sich Menschen unweigerlich näher kommen und den Mindestabstand von 1,5 Metern nicht einhalten, etwa bei der Bezahlung an der Supermarktkasse.

2. Breiten Sie ein Papiertaschentuch aus und legen Sie es auf die beiden ersten Blätter. Das Papiertaschentuch wird später die Innenseite Ihrer Schutzmaske sein.

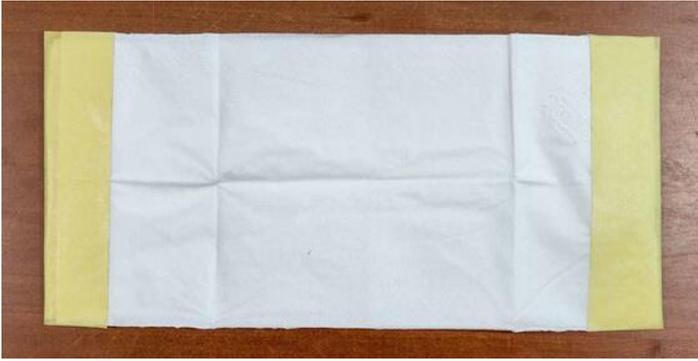


3. Schneiden Sie die Ränder ab, sodass alle drei Blätter gleich groß sind.

4. Schneiden Sie den Stapel der drei Papierblätter in der Mitte durch.



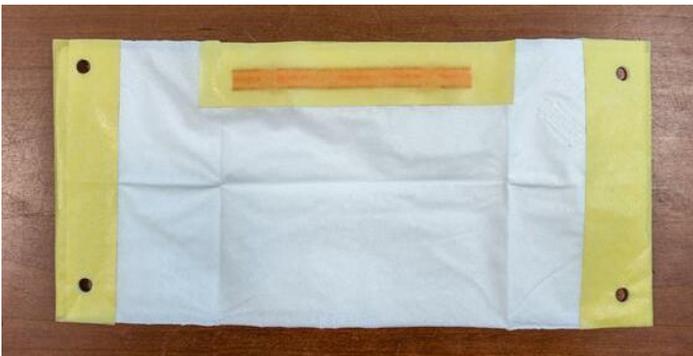
5. Kleben Sie an beiden kurzen Rändern beidseitig einen Klebestreifen, zum Beispiel aus Malerkrepp.



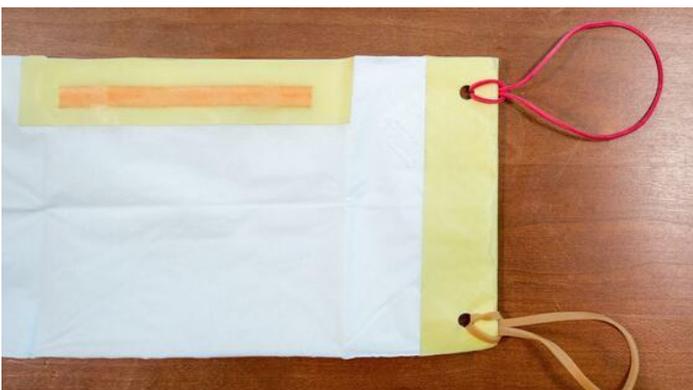
6. Machen Sie mit dem Büro-Locher auf beiden kurzen Seiten zwei Löcher in die Klebestreifen.



7. Nehmen Sie ein Stück Draht, legen Sie es mittig an den oberen Rand der Maske und fixieren Sie den Draht mit Klebeband. Der Draht wird später zum Nasenbügel der Maske.



8. Befestigen Sie nun an allen vier Löchern jeweils ein Gummiband (mittels Schlaufe).



9. Ziehen Sie erst die oberen Gummibänder, dann die Unteren über Ihre Ohren. Biegen Sie auch den Nasenbügel (den eingearbeiteten Draht) zurecht, damit die Maske angenehm sitzt.



10. Atmen Sie tief durch – Ihre Maske ist fertig!



Autor Peter von Stamm zeigt, wie Sie sich einen einfachen Mundschutz selber basteln können.

*Die Gemeinde Bad Schönborn dankt Peter von Stamm für die kostenlose Überlassung dieser Anleitung und der Fotos für die Veröffentlichung in unseren Print- und Online-Medien zum Wohle unserer Bürger/innen.*

Für alle Nähbegeisterte gibt es zum Beispiel eine schöne Anleitung, um einen Mundschutz zu nähen, unter:

<https://artundstil.de/2020/freebook-diy-sewing-pattern-face-mask/>

Die Nähgruppe der Familienzentren ist hier auch schon aktiv.

Information gibt es bei Christiane Bös, Tel. 870-210 oder E-Mail [christiane.boes@bad-schoenborn.de](mailto:christiane.boes@bad-schoenborn.de)