

# Maskenpflicht in Bayern – das ist jetzt wichtig zu wissen:



**SCHULTES**  
DIE SOFORT-APOTHEKE

Das Allerwichtigste vorneweg: Die besten Maßnahmen zum Schutz vor dem Coronavirus sind nach wie vor:

1. **Abstand halten, wo immer das möglich ist (mindestens 1,5 Meter).**
2. **Hände regelmäßig intensiv mit Seife waschen. Als Alternative kann - vor allem unterwegs - Handdesinfektionsmittel benutzt werden.**

**Wen sollen die Masken schützen?** Als Hauptübertragungsweg des Coronavirus gelten derzeit kleine, virushaltige Flüssigkeitströpfchen, die beim Sprechen, Lachen, Husteln, Niesen etc. abgegeben werden. Dadurch können infizierte Personen das Virus bereits dann weiterverbreiten, wenn sie sich selber (noch) gar nicht krank fühlen. Wenn die Masken richtig getragen werden, können sie diese virushaltigen Tröpfchen auffangen. Damit werden alle in der Nähe stehenden Personen vor Kontakt mit dem Virus geschützt (Fremdschutz!). Das heißt, wenn zwei sich begegnende Personen Schutzmasken tragen, sind beide geschützt. Deshalb ist wichtig, dass wirklich alle mitmachen!

**Welche Masken sollen verwendet werden?** Um den oben beschriebenen Zweck zu erfüllen, müssen die Masken Mund und Nase bedecken. Sie sollen aus einem Material bestehen, das kleine Flüssigkeitströpfchen auffängt, aber auch ausreichend Atemluft durchlässt. Das kann also Stoff sein, wie bei selber geschneiderten Masken, oder auch waschbare Vlies-Textilien wie bei den von der Stadt verteilten oder bei uns gekauften Masken, oder auch Zellstoffvlies wie bei Einmal-Masken. Auch ein über Mund und Nase gezogener Schal tut zur Not seine Wirkung.

**Soll ich nicht lieber eine FFP-Filtermaske verwenden?** FFP-zertifizierte Partikelfiltermasken bieten zwar einen begrenzten Eigenschutz, **ABER:** FFP-Masken durchfeuchten beim Tragen sehr schnell, dann geht die Eigenschutzwirkung auch schon wieder verloren. Sie sollten daher nur sehr kurzfristig getragen werden, danach müssen sie durchtrocknen können. Viruspartikel können über alle Schleimhäute aufgenommen werden, auch über die Augen – die werden von den Masken aber nicht geschützt. **Fazit:** FFP-Masken erfüllen den von der Maskenverordnung erhofften Zweck nicht besser als selbstgeschneiderte oder einfache Textilmasken. Und FFP-Masken mit Ausatemventil sollten keinesfalls verwendet werden – dann gehen mit der ungefilterten ausgeatmeten Luft wieder virushaltige Tröpfchen nach außen und der beabsichtigte Fremdschutz ist nicht gegeben!

**Wie ziehe ich die Maske richtig an und aus?** Keinesfalls mit den Händen die Innenseite der Maske berühren, falls man doch irgendwo Viruspartikel an die Hände bekommen hat. Die Maske also nur an den Bändern oder Außenseite anfassen. Darauf achten, dass sowohl Mund als auch Nase von der Maske bedeckt sind. Nach dem Abnehmen die Maske „luftig“ lagern, dass sie austrocknen kann. Dabei sollte sie aber nirgendwo abgelegt werden, wo sie mit Viruspartikeln verunreinigt werden kann.

**Wie soll ich die Maske reinigen?** Eine Maske, die nur immer von derselben Person getragen wird, muss nicht absolut steril sein, aber eventuelle Viruspartikel sollte man „abtöten“, so dass sie nicht mehr infektiös sind. Für Coronaviren (und andere „behüllte“ Viren) reicht dabei bereits 30°C-Wäsche, sofern Waschmittel oder andere waschaktive Substanzen („Tenside“, zum Beispiel auch Geschirrspülmittel oder Seife) verwendet werden. Ob Hand- oder Maschinenwäsche möglich ist, hängt dabei vom Material der Maske ab. Weitere Maßnahmen (Kochwäsche, Aufheizen im Backofen auf min. 70°C, etc.) sind eigentlich nur nötig, wenn die Maske danach von anderen Personen benützt wird. Einmalmasken aus Zellstoffvlies können nicht gereinigt werden, sie müssen nach Verwendung entsorgt werden.

**Wie oft kann ich die Maske tragen?** Waschbare Masken können beliebig oft verwendet werden. Beim Einkaufen können die Masken zum Beispiel vor Betreten des Ladens aufgesetzt und beim Verlassen des Ladens abgesetzt werden (siehe oben) – beim nächsten Laden kann selbstverständlich die gleiche Maske wieder benützt werden. Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte rät allerdings, nach einer derartigen „einmaligen“ Verwendung die Maske zu reinigen (siehe oben).

**Wann muss ich eine Maske tragen?** Laut Vorschrift ab dem 27.04.2020 in Geschäften und im öffentlichen Nahverkehr (Busse und Bahn). Immer dann, wenn ein ausreichender Abstand von mindestens 1,5 Metern sicher einzuhalten ist, bringt das Tragen von Masken keinen zusätzlichen Schutz. So ist das Tragen von Masken bei Bewegung im Freien und im eigenen Auto (sofern keine „haushaltsfremden“ Personen wie Oma und Opa mitgenommen werden) nicht nötig und auch nicht vorgeschrieben.

**Bleiben Sie gesund! Das Team Ihrer St. Johannis Apotheke.**