

# Mundschutz aus Baumwollstoff nähen

Dieser Mundschutz ist zweilagig und sollte in der Schutzwirkung in etwa 70 -80% eines handelsüblichen Mund-Nase-Schutz (MNS) oder auch OP-Mundschutz erreichen. Dafür gibt es [hier eine interessante Studie](#) (auf Englisch).

**Er schützt Dich nicht vor einer Infektion mit Viren**, aber wenn Du erkrankt bist, kann er Deine Umgebung vor den Keimen schützen, die Du ausatmest. Er schützt Dich auch vor den Tröpfchen, die ein erkrankter Mensch ausatmet, wenn Du ihn beispielsweise pflegst.

**Ein echter Schutz vor Viren kann nur durch einen sogenannten Partikelfilter oder auch FFP2-Mundschutz erreicht werden!**

Für den Mundschutz brauchst Du einen dicht gewebten Baumwollstoff. Du kannst eventuell noch eine bessere Filterwirkung erreichen, wenn Du ein Einweg-Staubtuch als mittlere Lage verwendest. Solche Staubtücher solltest Du aber vorher bei 60° vorwaschen. Erstens weißt Du dann sicher, dass Dein Fabrikat auch waschbar ist, zweitens enthalten manche Produkte irgendeine Lotion zum Reinigen, die man sicher nicht in der Nähe des Gesichts haben will. Der Mundschutz kann dann allerdings nicht mehr ausgekocht werden, hält aber eine 60°-Wäsche aus. Corona-Viren überleben weder das Waschpulver noch diese Temperatur, das gilt aber nicht für eine Reihe von anderen Keimen, denen z.B. medizinisches Personal ausgesetzt ist.

**Daher dürfen wiederverwendbare Mundschutze für diese Personengruppe nur aus Baumwolle genäht Alle „Gesundheitsprofis“, die also in Krankenhäusern, Pflegeheimen etc. arbeiten, brauchen Mundschutze, die sie auskochen können. Ich kann nicht sagen, ob die Staubtücher eine oder mehrere Kochwäschen überleben, daher sind sie für diese Nutzer ungeeignet!**

Ebenfalls ungeeignet sind Stoffe mit Synthetik-Anteil, weil sie nicht kochfest sind und oft auch eine 60°-Wäsche nicht vertragen. Bei vielen bunt bedruckten Baumwoll- Stoffen ist eine Wäschetemperatur von 30°C angegeben. Grundsätzlich kann man aber auch diese Stoffe kochen, nur leider wird die bunte Farbe recht schnell darunter leiden.

Entscheidend ist, dass Ihr durch Euren Stoff gut atmen könnt, denn was nützt eine Maske, die die Atemluft genauso effektiv abhält, wie Bakterien und Viren?

Außerdem brauchst Du noch 2m vorgefaltzes Schrägband , Nähgarn und 18cm grünen oder verzinkten Blumendraht für die Nasenklammer, eine schmale Kombizange, eine Nähmaschine (geht auch von Hand zu nähen, dann solltest Du aber einen Fingerhut haben, um die Nadel durch die dicken Stoffschichten zu schieben) und Stecknadeln

Ungeeignet für die Nasenklammer sind die Drahtclips von Gefrierbeuteln, sie sind nicht stabil genug, um den Stoff eng an die Nase anzuschmiegen.

## Und so wird es gemacht



Aus Baumwollstoff 2 Rechtecke von 18cm Breite und 17cm Höhe zuschneiden.

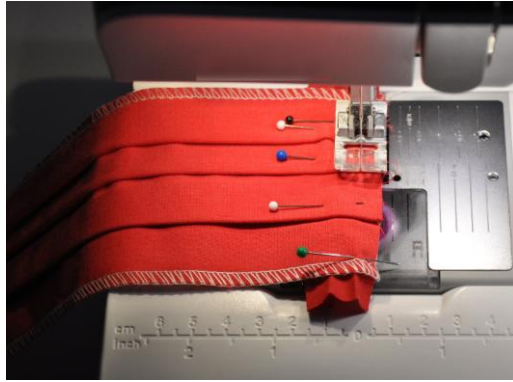
Die Stoffrechtecke übereinander legen und. Wer möchte, kann sie an den beiden langen Seiten mit der Nähmaschine oder einer Overlockmaschine zusammennähen. Die Falten entsprechend dem Schnittmuster markieren. Die obere Falte ist ca. 1,5cm tief, die mittlere 1cm und die untere ca. 2cm tief.



Den Stoff falten, die Falten nach unten legen und feststecken.



Die gefalteten Kanten mit kleinen Streifen von dem Schrägband einfassen. Dazu zwei Stücke Schrägband in der Breite des gefalteten Stoffes zuschneiden. Auseinander falten und auf der Vorderseite des Stoffes an der Kante feststecken



Schmal absteppen,

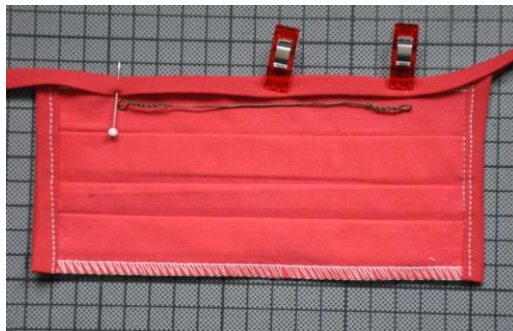


und dann den Schrägstreifen umfalten und von der Rückseite feststeppen.



So sollte das dann aussehen

Einen Draht in der Breite des Mundschutzes zuschneiden. Die beiden Enden des Drahtes mit der schmalen Zange zu kleinen Ösen biegen und gut verdrehen, damit der Draht später beim Tragen oder waschen nicht aus dem Stoff heraus pieksen kann.

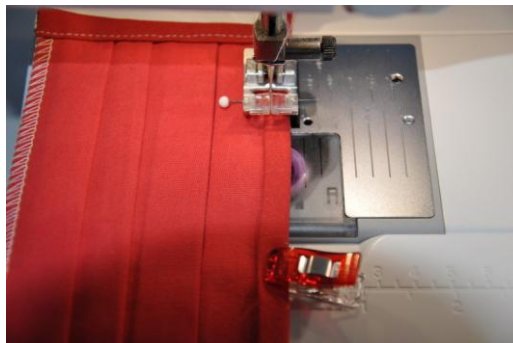


Das restliche Schrägband in zwei gleiche Teile schneiden. Die Mitte vom Band und vom Mundschutz markieren. Den Draht zur Probe auf den Mundschutz legen.



Das restliche Schrägband in zwei gleiche Teile schneiden. Die Mitte vom Band und vom Mundschutz markieren. Den Draht zur Probe auf den Mundschutz legen.

Das Schrägband längs zusammenfalten, um den Mundschutz feststecken. Die Nadel links markiert die Stelle, ab der der Draht mit angenäht werden muss.



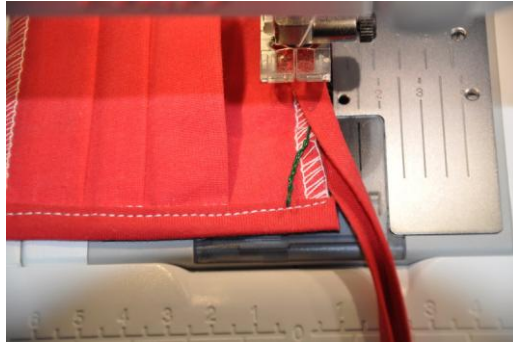
Die langen Kanten des Schrägbandes aufeinander nähen, dabei den Mundschutz mit dazwischen fassen. Nähen bis zur Markierung.

An der Markierung das Schrägband mit engen Stichen bis zur Kante abnähen, das sieht dann so aus:



Weiter das gefaltete Schrägband am Mundschutz festnähen, bis ca. 4 cm vor der Kante. Dicht an der Kante des Schrägbandes nähen, dabei entsteht ein Tunnel.





Dann den Nähfuß anheben, die Nadel bleibt im Stoff, und den Blumendraht in den Schrägbandtunnel schieben.

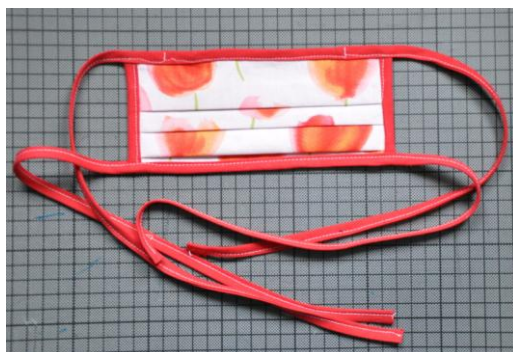


Den Draht bis zur kleinen Quernaht in den Tunnel schieben.

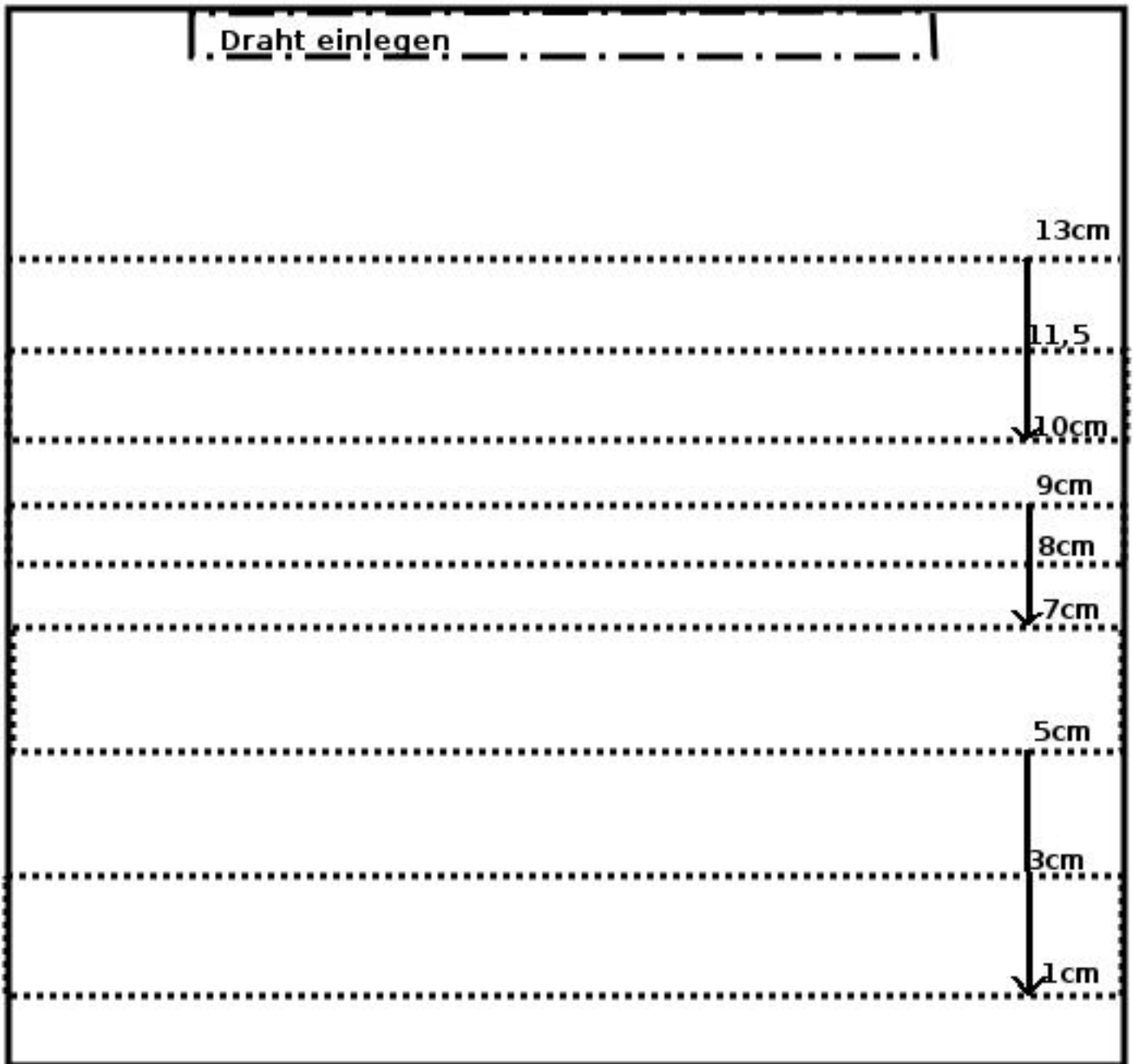
Vorsichtig das Schrägband bis zum Ende des Drahtes festnähen und ebenfalls eine kleine Quernaht mit dichten Stichen nähen. Fertig sieht das dann so aus:



Wie man sieht, ist es sinnvoll, kein kontrastierendes Nähgarn zu verwenden! Jetzt die langen Kanten vom restlichen Band zusammennähen. Zum Schluss wird das zweite Stück Schrägband an den langen Kanten zusammengenäht, dabei wird die Unterkante des Mundschutzes in der Mitte mit eingefasst.



**Gratuliere, Dein erster Mundschutz ist fertig!**



Das Schnittmuster ist 18cm breit und 17cm hoch.