Atemschutzmaske selber nähen mit Filter #DIY #WirbleibenZuhause

Jede genähte Maske hilft!

Die Anleitung und das Schnittmuster wurden zur Verfügung gestellt von **Naehtalente.de: https://naehtalente.de/atemschutz-naehen/**

Wichtige Informationen über Corona

- **Information des Robert-Koch-Institut:** Ist das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes in der Allgemeinbevölkerung zum Schutz vor akuten respiratorischen Infektionen sinnvoll?
- **Hörenswert**: Aktuelle Informationen zur Corona-Pandemie im Podcast von Christian Drosten beim NDR.
- **Coronavirus in Deutschland**: Aktuelles von der Bundesregierung
- **Aktuelle Informationen** des Bundesgesundheitsministeriums
- **Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung:** Informationen zum neuartigen Coronavirus / Covid-19

- **Aktuell im Podcast von Christian Drosten: Folge 19 – Masken können andere schützen**. Ab der 16. Minute im Podcast spricht Hr. Drosten über selbstgemachte Masken! Sehr hörenswert.

Mit dem Tragen eines Schutzes kann man die Übertragungswege einer Coronavirus-Infektion reduzieren. Viren werden dabei über eine Tröpfcheninfektion weitergegeben. Ist man selber infiziert, sollte man auf jeden Fall einen Mundschutz tragen. Um so weniger Viren weitergegeben werden können, um so besser. Besondere Vorsicht gilt bei Personen der Risikogruppen! Kann der Kontakt nicht vermieden werden, ist ein Schutz zu tragen und die Hygienemaßnahmen unbedingt zu beachten.

Haftungsausschluss: *Diese Gesichtsmaske kann eine medizinische Atemschutzmaske nicht ersetzen. Sie ist ein Notfallplan für alle, die keinen entsprechenden Schutz in den Geschäften mehr besorgen konnten. Die richtige medizinische Atemschutzmaske ist immer noch der beste Weg, um sich zu schützen.*

Mit dieser Anleitung kannst Du eine **Atemschutzmaske** mit einer Tasche für einen **Filter** nähen. Das Schnittmuster am Ende dieser Anleitung auf einem DIN A4 Drucker ausdrucken.

Filtermaterial für die Maske (optional)

Das Filtermaterial kann **optional** in die Maske eingezogen werden, um sich und andere besser zu schützen. Bitte informiere dich ausreichend darüber:

Geeignetes **Filtermaterial** für eine Atemschutzmaske zur Erreichung der FFP 3 Klasse wie z. B. bei Wikipedia beschrieben, kann man durch Lagen mit einem elektrostatischen Material (Elektret, siehe auch Elektretfilter) erreichen. Das Filtermaterial des Beutels zuschneiden und in die Maske legen (Anleitung folgt weiter unten).

Beispiele für handelsübliche Staubsaugerbeutel, die man für diese Art von Masken verwenden kann:

- Elektret-Filtertüte Sebo-Filterbox D 8120 (bei Amazon ansehen)
- Sebo 5093ER Filterbox(bei Amazon ansehen).

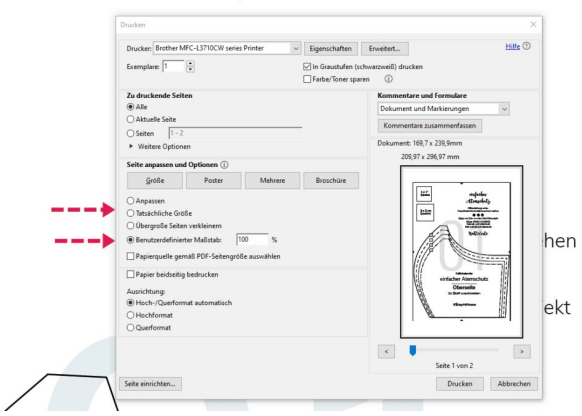
Trotz der Empfehlung für im Text genanntes Filtermaterial weise ich darauf hin, das die Maske keine FF3 Zulassung erreicht!

Auf dem folgenden Bild zeige ich nur ein **Beispiel**, das während des Nähens entstanden ist. Es soll die Funktion der Filtertasche zeigen.

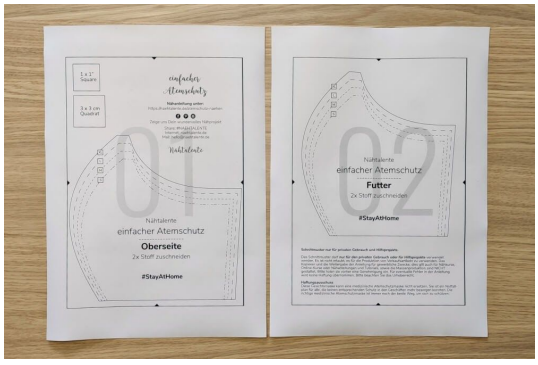
Atemschutzmaske nähen

Mit der folgenden Anleitung kannst Du eine Schutzmaske für Dich und Deine Familie einfach selber nähen. Sie führt Dich Schritt – für – Schritt durch den Nähprozess.

Schnittmuster drucken



Das PDF-Schnittmuster auf DIN-A4-Papier **ohne Skalierung** drucken! Auf dem Schnittmuster findest Du ein Testquadrat zum Nachmessen. Bitte kontrollieren, ob es mit den richtigen Einstellungen gedruckt wurde.



Das Schnittmuster besteht aus zwei Blättern.

Schnittmuster ausschneiden

Im Schnittmuster findest Du **vier verschiedene Größen**. Passende Größe mit einer Papierschere ausschneiden.

- S – Kleine Kinder
- M – größere Kinder und Teenager
- L – Damen
- XL – Herren

Material für die Atemmaske

Am besten eignet sich ein waschbarer Baumwollstoff, der auch hohe Temperaturen bei einer Wäsche von 95 Grad in der Waschmaschine aushalten kann. Ich habe für die Atemmaske nur Stoffreste verwendet. Hast Du keine Stoffreste im Haus kann man z. B. auch einen alten Bettbezug verwenden.

Mit der Anleitung kannst Du die Größen S, M, L und XL nähen. Die Verarbeitungsschritte sind jedoch für alle Größen gleich.

Weil **Molton als Futter** momentan sehr schwer zu bekommen ist, weicht bitte auf Baumwollstoffe aus. Diese sollten für eine Kochwäsche bei 95 Grad geeignet sein.

Stoffkauf: Bei einer Stoffbreite von 1,40 m benötigst Du nur 30 cm (für Oberseite und Futter) für zwei Atemschutzmasken.

Wenn Du auch eine Maske nähen willst, benötigst Du:

- Oberstoff: vorgewaschener Baumwollstoff (geeignet für Kochwäsche)
- Futter: vorgewaschener Baumwollstoff (geeignet für Kochwäsche) Molton (Leichte Qualität bis ca. 190 g/m^2 aus 100% Baumwolle)
- Gummiband oder Gummilitze ca. 60 cm
- Nähgarn, Stecknadeln, Schere und Nähmaschinennadeln.

Zuschneiden

Die Schnittteile entsprechend auf den doppelt gelegten Stoff auflegen und ausschneiden.

Das Schnittmuster enthält bereits die Nahtzugabe.

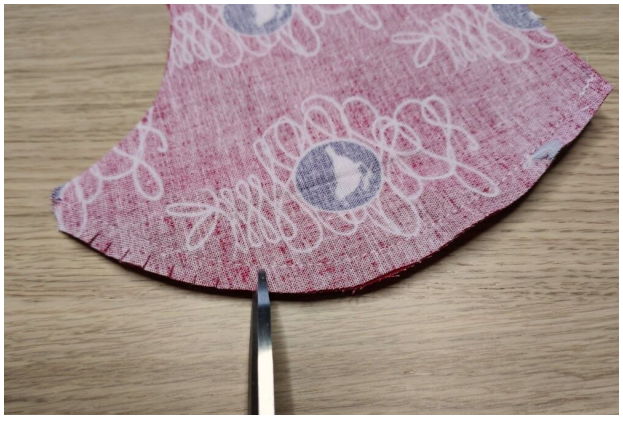
Schnittteile stecken

Jeweils die Schnittteile mit der rechten (schönen) Stoffseite aufeinander legen und die Rundung mit Stecknadeln stecken.

Rundung nähen

Mit **7 mm Nahtzugabe** die lange Rundung mit Geradstich (Einstellung 2 – 2,5) der Nähmaschine nähen.

Rundung einknipsen



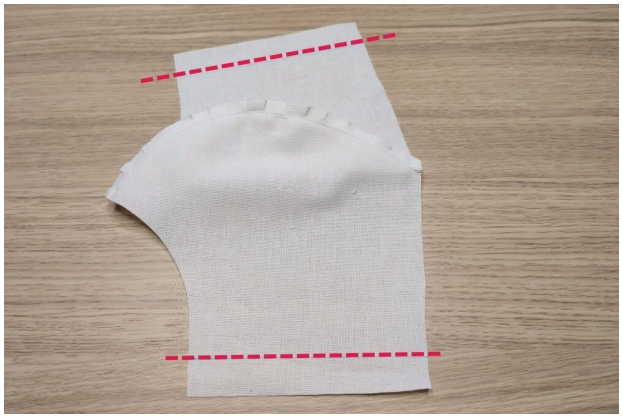
Die genähten Rundungen müssen eingeknipst werden, damit der Stoff schön glatt liegt und beim Tragen etwas nachgibt.

Hierzu mit einer Schere bis ca. 2 mm vor die Naht am Oberteil und Futter einknipsen.

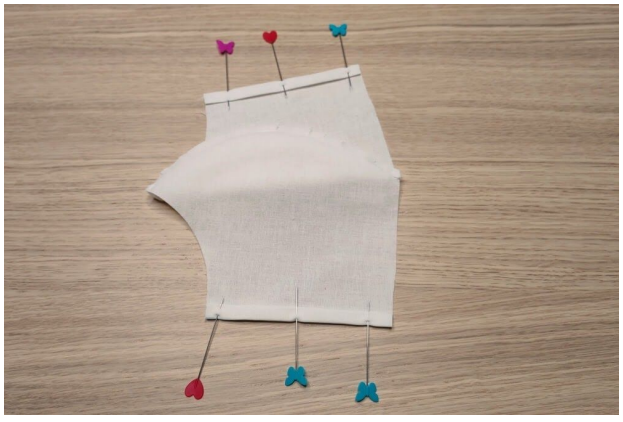
Nahtzugabe bügeln

Die Nahtzugabe der Rundung bei Oberteil und Futter in eine Richtung bügeln.

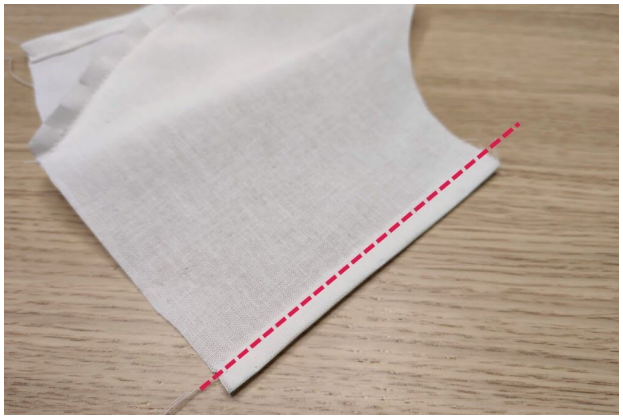
Futterstoff nähen



Mit Schneiderkreide, einem Stoffmarker oder einfach einem Bleistift eine 1,5 cm breite Nahtzugabe einzeichnen.



Die Nahtzugabe bis zur Linie einschlagen und danach ein weiteres Mal umschlagen. Mit Stecknadeln stecken und bügeln.



Anschließend mit der Nähmaschine die Nahtzugabe nähen.

Oberteil und Futter Stecken

Schnittteile mit den rechten Stoffseiten aufeinander stecken.

Nähen

Das Futter mit einer Nahtzugabe von 1 cm auf das Oberteil nähen. Hierzu die Nähte an der Ober- und Unterseite nähen.

Wenden und Bügeln

Danach die vorbereitete Atemmaske wenden und bügeln.

Oberseite steppen

Auf der Stoffseite des Oberteils jeweils knappkantig beide Seiten absteppen.

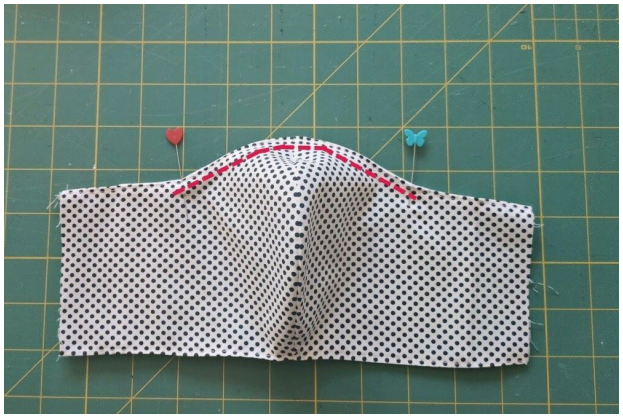
Das sorgt für eine bessere Stabilität der Atemmaske.

Stabilisierter Nasenbereich

Das sorgt für eine bessere Stabilität der Atemmaske.

Zur Verstärkung kann in den Bereich über der Nase eine Metallzunge oder etwas Draht eingearbeitet werden. Mit der Biegsamkeit kann damit jeder die Passform an die eigene Nase anpassen.

Ideal ist die Verwendung der Metallzunge von einfachen Heftstreifen, denn sie wesentlich haltbarer als ganz einfacher Draht. Hat man keinen Heftstreifen zu Hand, kann man selbstverständlich auch Draht verwenden.



Für die Metallzunge wird eine zusätzliche Steppnaht genäht. Rechts und links der Mitte diese Steppnaht mit ca. 1 cm Abstand zur oberen Kante nähen.

Nicht die gesamte Strecke von rechts nach links durchnähen, denn die Metallzunge sollte man zum Waschen entfernen.

Im Bild habe ich die zu nähende Strecke zwischen den Stecknadeln markiert.

Nach dem Nähen die Metallzunge in den kleinen Kanal schieben und mittig ausrichten.

Jetzt kann man die Atemmaske an die eigene Gesichtsform anpassen.

Atemmaske fertigstellen

Die Nahtzugabe der Oberseite doppelt einschlagen, mit Stecknadeln fixieren und bügeln.

Die Nahtzugabe der Oberseite doppelt einschlagen, mit Stecknadeln fixieren und bügeln.

Filter zuschneiden

Zuerst fertigen wir eine **Schnittvorlage** anhand der Atemmaske an. Dafür ist ein halber Bogen Küchenpapier mittig gefaltet sehr gut geeignet.

Küchenpapier auf die Maske legen und ca. 1 – 1,5 cm unterhalb der oberen Kante die Rundung nachzeichnen.

Küchenpapier für die „Anprobe“ ausschneiden

Das zugeschnittene Küchenpapier in die Maske legen und ausprobieren, wie gut die Schnittvorlage passt. Ggf. die Schnittvorlage korrigiere

Im Anschluss das Küchenpapier auf das Filtermaterial legen und zuschneiden.

Filter in die Maske einziehen. Eventuell überstehende Ränder abschneiden.

Gummilitze oder Gummiband einziehen

Zwei Stück Gummi zuschneiden. Die Länge beträgt je nach Größe ca. 15 – 30 cm. Die Länge ist außerdem abhängig von der Dehnbarkeit des verwendeten Gummis.

Mit einer Stopfnadel die Gummilitze durch die Nahtzugabe ziehen.

Beide Enden verknoten und in die Nahtzugabe ziehen.

😌💖🙏 Jede genähte Maske hilft! 🙏💖😌

Vielen Dank an alle fleißigen Hände die Masken nähen, verteilen, Stoffe spenden, organisieren, telefonieren, informieren, aufklären und helfen!

Bettina Müller | **Nähtalente**

Mail: hello@naehtalente.de | Internet: naehtalente.de
Adolf-Emmelmann-Strasse 83 | 30659 Hannover

1 x 1”
Square

3 x 3 cm
Quadrat

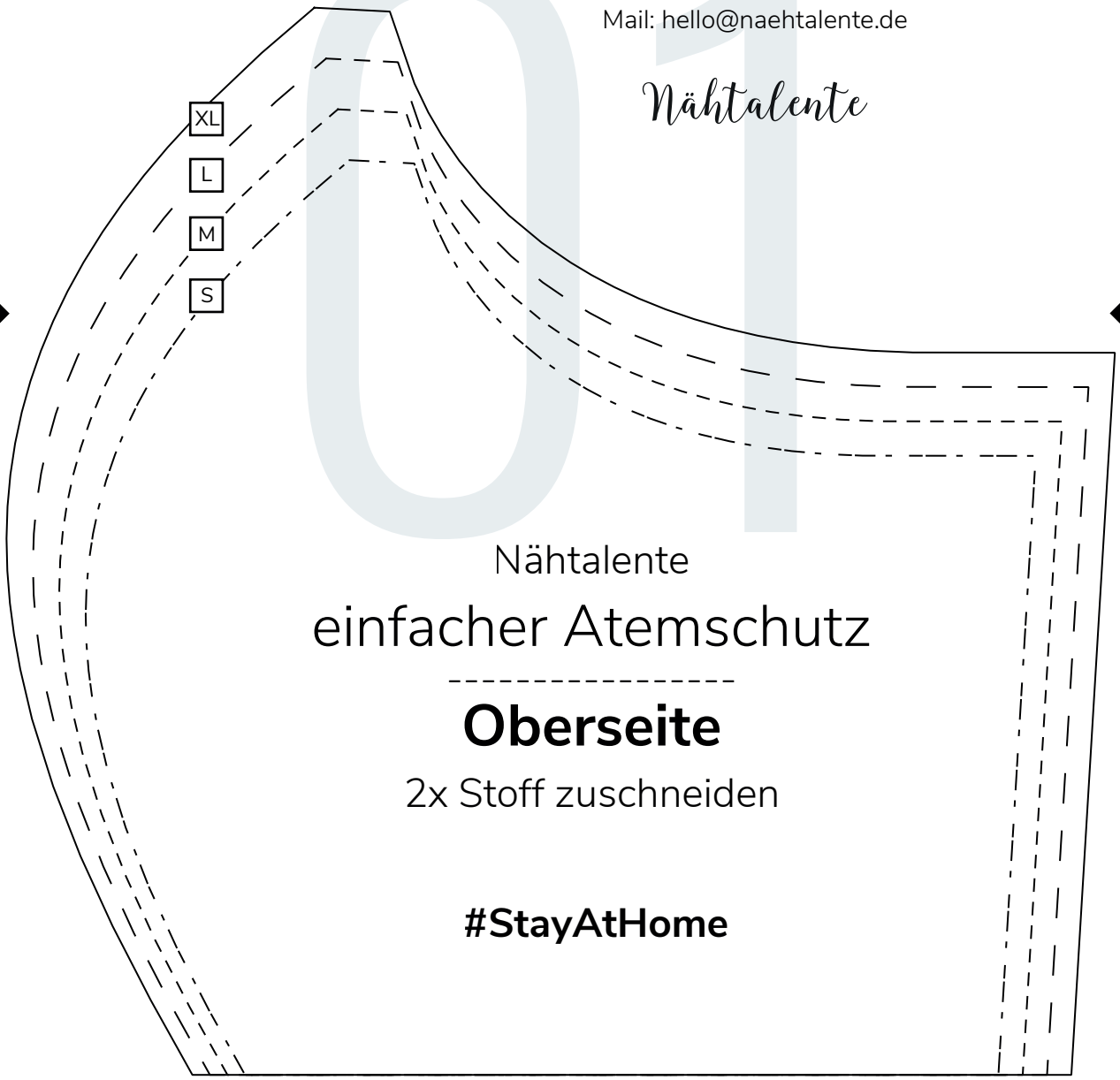
einfacher Atemschutz

Nähanleitung unter:
https://naehtalente.de/atemschutz-naehen

Zeige uns Dein wundervolles Nähprojekt

Share: #NAEHTALENTE
Internet: naehtalente.de
Mail: hello@naehtalente.de

Nähtalente



Nähtalente

einfacher Atemschutz

Oberseite

2x Stoff zuschneiden

#StayAtHome

02

Nähtalente

einfacher Atemschutz

Futter

2x Stoff zuschneiden

#StayAtHome

Schnittmuster nur für privaten Gebrauch und Hilfsprojekte.

Das Schnittmuster darf ***nur für den privaten Gebrauch oder für Hilfsprojekte*** verwendet werden. Es ist nicht erlaubt, es für die Produktion von Verkaufsartikeln zu verwenden. Das Kopieren und die Weitergabe der Anleitung für gewerbliche Zwecke, dies gilt auch für Nähkurse, Online-Kurse oder Nähanleitungen und Tutorials, sowie die Massenproduktion sind NICHT gestattet. Bitte holen sie vorher eine Genehmigung ein. Für eventuelle Fehler in der Anleitung wird keine Haftung übernommen. Bitte beachten Sie das Urheberrecht.

Haftungsausschuss
Diese Gesichtsmaske kann eine medizinische Atemschutzmaske nicht ersetzen. Sie ist ein Notfallplan für alle, die keinen entsprechenden Schutz in den Geschäften mehr besorgen konnten. Die richtige medizinische Atemschutzmaske ist immer noch der beste Weg, um sich zu schützen.