

## Empfehlung Robert Koch Institut

### Wann ist das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes in der Öffentlichkeit zum Schutz vor SARS-CoV-2 sinnvoll?

Um sich selbst und andere vor einer Ansteckung mit respiratorischen Erregern zu schützen, sind eine gute Händehygiene, Einhalten von Husten- und Niesregeln und das Abstandhalten (mindestens 1,5 Meter) die wichtigsten und effektivsten Maßnahmen.

Durch einen Mund-Nasen-Schutz (MNS) oder bei der gegenwärtigen Knappheit eine textile Barriere im Sinne eines MNS (sogenannte *community mask* oder Mund-Nasen-Bedeckung) können Tröpfchen, die man z.B. beim Sprechen, Husten oder Niesen ausstößt, abgefangen werden. Das Risiko, eine andere Person durch Husten, Niesen oder Sprechen anzustecken, kann so verringert werden (Fremdschutz). Hingegen gibt es keine hinreichenden Belege dafür, dass ein MNS oder eine Mund-Nasen-Bedeckung einen selbst vor einer Ansteckung durch andere schützt (Eigenschutz).

Es ist zu vermuten, dass auch Mund-Nasen-Bedeckungen das Risiko verringern können, andere anzustecken, weil sie die Geschwindigkeit der Tröpfchen, die durch Husten, Niesen oder Sprechen entstehen, reduzieren können. Eine solche Schutzwirkung ist bisher nicht wissenschaftlich belegt (siehe auch die [Hinweise des BfArM](#)).

Bei Personen, die an einer akuten respiratorischen Infektion erkrankt sind, kann das Tragen eines MNS oder einer Mund-Nasen-Bedeckung durch diese Person dazu beitragen, das Risiko einer Ansteckung anderer Personen zu verringern.

Nicht jeder, der mit SARS-CoV-2 infiziert ist, bemerkt das auch. In der Regel sind Betroffene bereits mit sehr leichten Symptomen ansteckend. Manche Infizierte erkranken gar nicht (asymptomatische Infektion), könnten den Erreger aber trotzdem ausscheiden. In diesen Fällen könnte das vorsorgliche Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung dazu beitragen, das Übertragungsrisiko zu vermindern. Deshalb könnte das Tragen Mund-Nasen-Bedeckung durch Personen, die öffentliche Räume betreten, in denen der Sicherheitsabstand nicht eingehalten werden kann, z.B. ÖPNV, Lebensmittelgeschäften oder auch ggf. am Arbeitsplatz, dazu beitragen, die Weiterverbreitung von SARS-CoV-2 einzudämmen. Darüber hinaus könnten Mund-Nasen-Bedeckungen das Bewusstsein für „physical distancing“ und gesundheitsbewusstes Verhalten unterstützen.

Für die optimale Wirksamkeit ist es wichtig, dass ein MNS oder die Mund-Nasen-Bedeckung korrekt sitzt (d.h. eng anliegend getragen wird), bei Durchfeuchtung gewechselt wird, und dass während des Tragens keine (auch keine unbewussten) Manipulationen daran vorgenommen werden.

Auf keinen Fall sollte das Tragen eines MNS oder einer Mund-Nasen-Bedeckung dazu führen, dass Abstandsregeln nicht mehr eingehalten oder Husten- und Niesregeln bzw. die Händehygiene nicht mehr umgesetzt werden.

Hinweise zur Handhabung und Pflege von Mund-Nasen-Bedeckungen gibt auch das [BfArM](#).

Nicht zu verwechseln mit einfachem Mund-Nasen-Schutz bzw. Mund-Nasen-Bedeckung sind der mehrlagige medizinische (chirurgische) Mund-Nasen-Schutz oder medizinische Atemschutzmasken, z.B. FFP-Masken. Diese sind für den Schutz von medizinischem und pflegerischem Personal essentiell und müssen dieser Gruppe vorbehalten bleiben. Der Schutz von Fachpersonal ist von gesamtgesellschaftlichem Interesse.

