

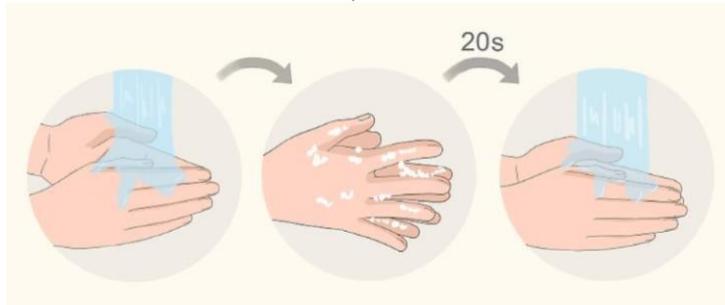
Medizinische Hygienemasken anlegen und abnehmen

Quelle: <https://de.wikihow.com/Medizinische-Masken-anlegen>

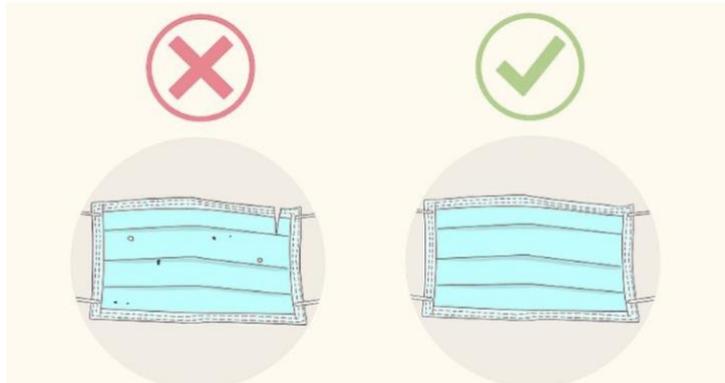
1. Medizinische Hygienemasken anlegen

1.1. Waschen Sie die Hände

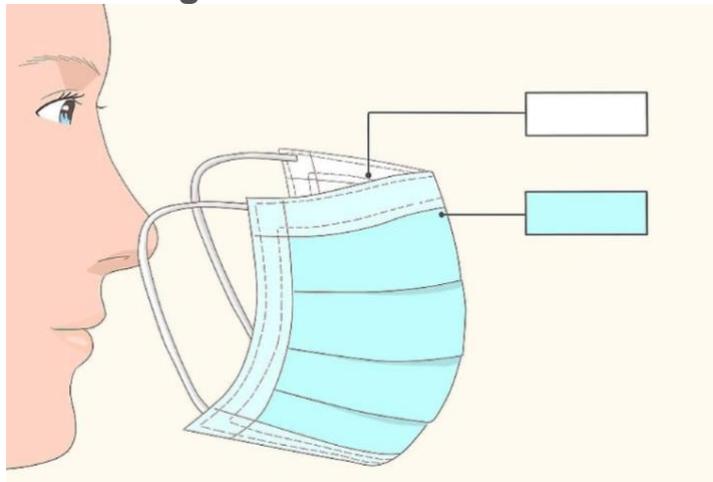
Reinigen Sie die Hände gründlich mit Wasser und Seife oder mit einem Handdesinfektionsmittel, bevor Sie eine medizinische Maske anlegen.



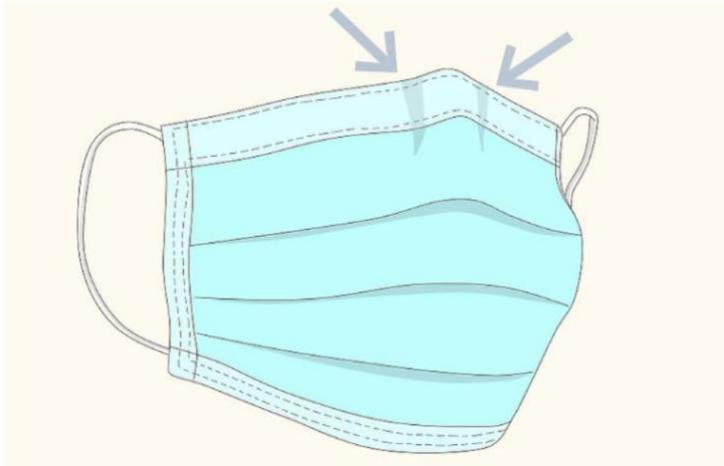
1.2. Untersuchen Sie die medizinische Maske auf Defekte



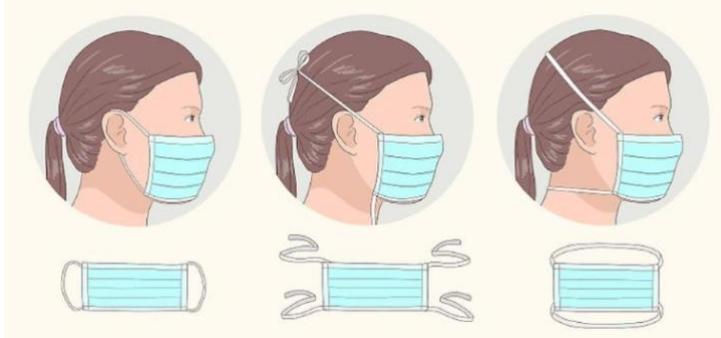
1.3. Achten Sie darauf, dass die richtige Seite der Maske nach außen zeigt



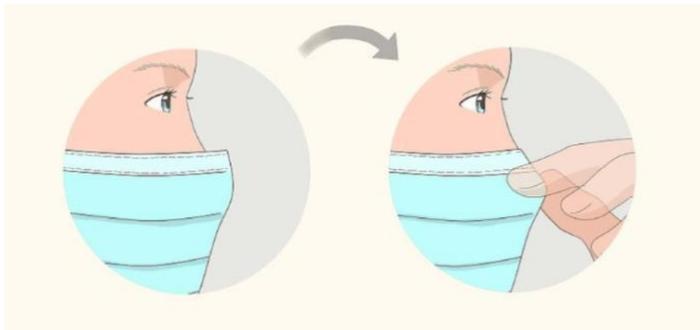
1.4. Richten Sie die Maske mit dem Metallbügel nach oben aus



1.5. Stülpen Sie die Maske über Ihr Gesicht



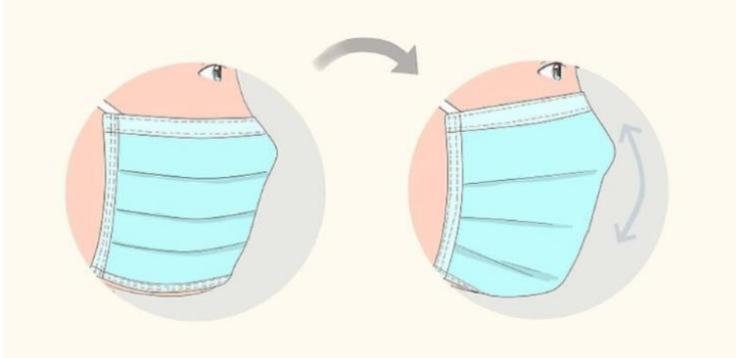
1.6. Passen Sie das Nasenstück an



1.7. Binden Sie das untere Band der Maske fest, falls dies erforderlich ist



1.8. Passen Sie die Maske über Ihrem Gesicht und unter Ihrem Kinn an

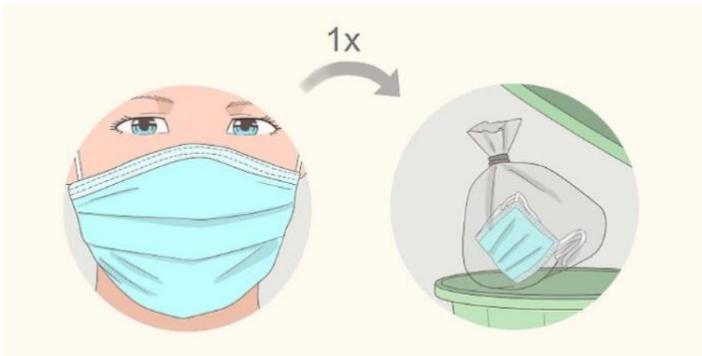


2. Medizinische Hygienemasken abnehmen

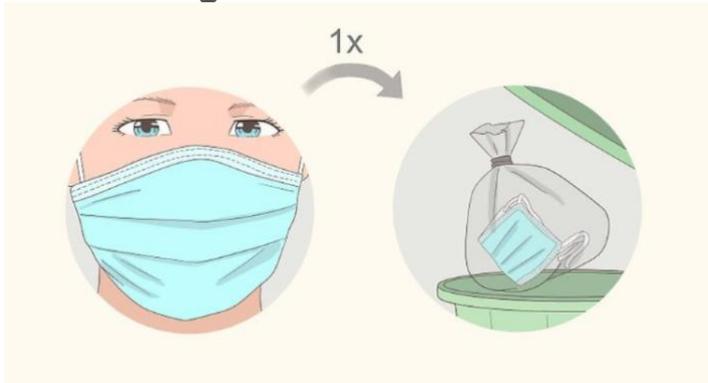
2.1. Waschen Sie die Hände



2.2. Nehmen Sie die Maske vorsichtig ab, berühren Sie dabei nur die Bänder



2.3. Entsorgen Sie Ihre Maske in einem Abfalleimer mit Deckel



2.4. Waschen Sie die Hände erneut

