

Empfehlung zum Umgang mit Masken

David Blumer, HR-AGS-GSP

Datum:
19.10.2020

Fragestellung

Wann ist der Einsatz von Masken angezeigt und wie sollen diese verwendet werden?

Empfehlung für Maskeneinsatz

Neben den Einsätzen, bei denen entsprechend auch vor COVID-19 bereits Masken aus betrieblichen Gründen eingesetzt wurden oder werden sollten (z.B. beim Schleifen, Auswechseln von Filtermatten) sind Masken aktuell zum Schutz der Mitarbeitenden grundsätzlich nur in folgender Situation angezeigt:

- Bei einer Tätigkeit ist der Abstand zwischen zwei Personen näher als 1.5m, dauert länger als insgesamt 15 Minuten* und
- diese Situation kann technisch (z.B. mittels Plexiglasscheiben) oder organisatorisch (z.B. zeitversetztes Arbeiten) nicht sinnvoll gelöst werden.
- Beim Betreten eines SBB Gebäudes bis zum Arbeitsplatz (d.h. in den Eingangsbereichen, Garderoben, Liften, Treppenhäusern usw.) und ebenso beim Verlassen des Gebäudes.
- Auf dem Weg bis zum Sitzplatz in Personalrestaurants.

Grundsätzlich sind *Hygienemasken* zu verwenden. *FFP2-Masken* sind nur für den seltenen Fall zu verwenden, wenn ein Maskeneinsatz angezeigt ist und ein zwingender Kontakt mit SBB-externen Personen ohne Maske besteht oder dies vom Gesundheitsschutz SBB so verfügt wurde.

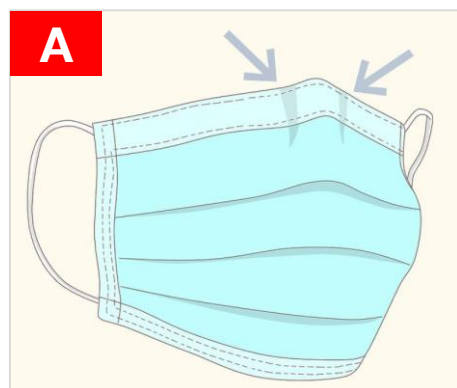
Anwendung der Masken

- Falls es zu einem Einsatz von Masken kommt, ist deren richtige Handhabung sehr wichtig, da das Risiko einer Ansteckung ansonsten sogar erhöht werden kann.
- Eine Instruktion der Mitarbeitenden ist entsprechend notwendig. Die Handlungsanweisungen auf den folgenden Seiten sind daher strikt zu befolgen.

*Auf Baustellen gelten die 15 Minuten nicht. Es sind bei allen Tätigkeiten mit einem Abstand <1.5m, bei denen technische oder organisatorische Massnahmen nicht möglich sind, Masken zu tragen.

Wichtige Hinweise:

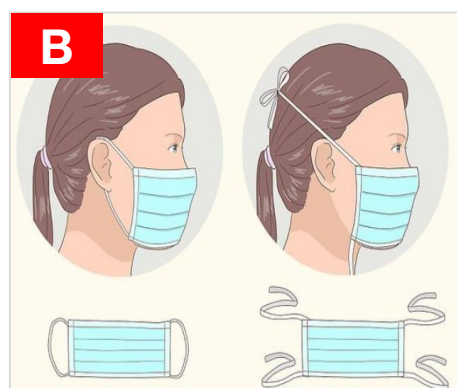
- Die Maske nur einmal und für ca. 4 Stunden (plus 1 Arbeitsweg; auch wenn sie feucht ist) tragen.
- Die Maske unverzüglich wechseln, wenn sie beschädigt ist.
- Gebrauchte Masken nicht reinigen oder lagern, sondern entsorgen.
- Vor und nach dem Aufsetzen/der Entsorgung einer Maske die Hände mit Seife waschen.
- Unter <https://www.youtube.com/user/bagofspufsp/videos> findet sich ein offizielles Video des BAG zum Umgang mit Hygienemasken.



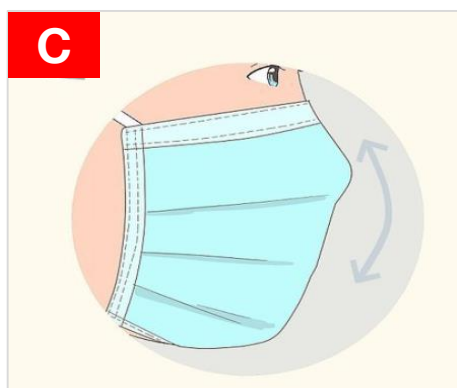
Vor dem **Aufsetzen der Maske** die Hände gründlich mit Wasser und Seife waschen und anschliessend mit einem sauberen Papiertuch trocknen.

Maske über Nase und Mund legen. Der mit einem Draht verstärkte Teil kommt oben über den Nasenrücken (siehe **Abbildung A**).

Achtung: Die Maske ist mit der blauen (farbigen) Seite nach aussen zu tragen.



Gummiband um jedes Ohr platzieren oder zunächst obere Bänder hinten am Kopf zusammenbinden (siehe **Abbildung B**).



Unteren Teil der Maske über das Kinn ziehen (siehe **Abbildung C**). Den oberen, verstärkten Teil in die richtige Passform bringen, so dass der Maskenrand überall eng an die Haut anschliesst. Die Maske muss das Gesicht vom Nasenrücken bis unterhalb des Kinns abdecken.



Mit dem Zeigefinger und Daumen den mit einem Draht verstärkten Teil des oberen Maskenrandes um den Nasenrücken herum eindrücken (siehe **Abbildung D**).

Bei Maske mit Bändern unteres Band hinten am Ansatz des Hinterkopfes zusammenbinden.

Pausen (z.B. Trinken/Essen) **und betrieblich notwendige Unterbrüche** (z.B. Achtungspfiff): ein Seitenband übers Kreuz abnehmen bzw. oberes Band öffnen und Maske seitlich weg- bzw. herunterklappen (Maske selbst nicht berühren).

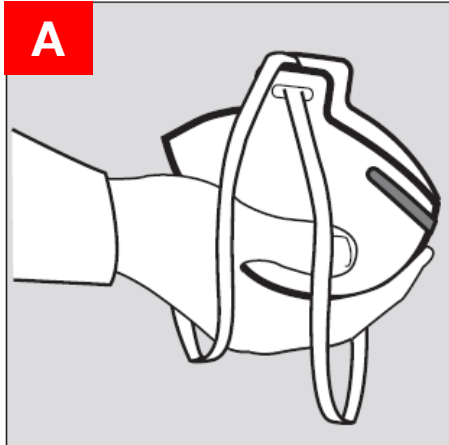
Wiederaufsetzen: Band hinter Ohr platzieren bzw. obere Bänder hinten am Kopf zusammenbinden. Ist für das erneute Zurechtrücken der Maske der Griff an das Gewebe selbst notwendig, sind danach die Hände zu waschen oder falls nicht möglich, zu desinfizieren.



Die **Maske abnehmen**, indem die Schlaufen über den Kopf gezogen werden, ohne die Vorderseite der Maske zu berühren (siehe **Abbildung E**). Die Maske, nach Möglichkeit, in einen verschlossenen Behälter entsorgen. Die Maske selbst nicht berühren, da sie kontaminiert sein könnte. Nach dem Ablegen der Maske die Hände umgehend waschen.

Wichtige Hinweise:

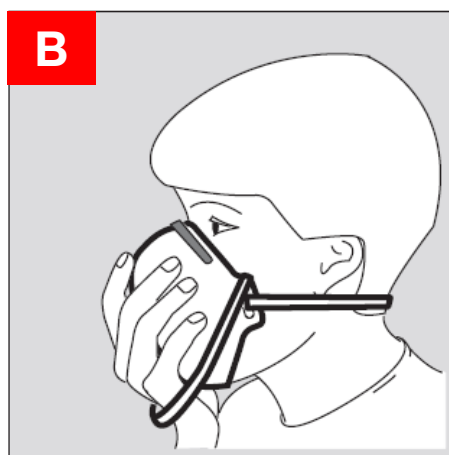
- Die Maske darf für maximal eine Arbeitsschicht (8 Stunden) verwendet werden. Spätestens nach 3h Tragezeit soll die FFP2 Atemschutzmaske abgenommen und für mind. 30 min einer Tätigkeit nachgegangen werden, die keine körperliche Belastung (Büroarbeiten) darstellt und bei der keine Atemschutzmaske (alle Typen von Atemschutzmasken) getragen werden muss. Anschliessend darf die FFP2 Atemschutzmaske wieder für weitere 3h getragen werden.
- Der/die Anwender/in erkennt das Ende der Gebrauchsdauer an erhöhten Atemwiderständen.
- Die Gesichtsbehaarung vor dem Tragen der Maske rasieren.
- Vor dem Aufsetzen und nach dem Ablegen der Maske die Hände umgehend mit Seife waschen.
- Gebrauchte Masken nicht reinigen oder lagern (ausser bei einer Pause), sondern entsorgen.



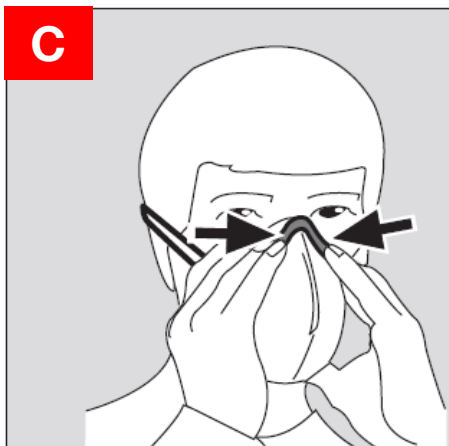
Vor dem Aufsetzen der Maske die Hände gründlich mit Wasser und Seife waschen und anschliessend mit einem sauberen Papiertuch trocknen.

Die Maske in die Hand nehmen, die Schlaufen hängen dabei unter der Hand (siehe **Abbildung A**).

Sicherstellen, dass die Maske keine Löcher aufweist.



Die Maske unter das Kinn und über die Nase halten. Die untere Schlaufe dehnen und über den Kopf in den Nacken ziehen. Obere Schlaufe hoch auf dem Hinterkopf anlegen (siehe **Abbildung B**).



Den Nasenclip mit beiden Händen an die Nasenkontur anpassen (siehe **Abbildung C**). Eine Anpassung mit einer Hand könnte den Dichtsitz beeinträchtigen.



Um den Dichtsitz zu prüfen, die Maske mit beiden Händen umfassen und kräftig ausatmen (siehe **Abbildung D**). Sollte Luft entweichen, die Maske zurechtrücken.

Die Maske abnehmen, indem zuerst die untere, danach die obere Schlaufe über den Kopf gezogen wird, ohne die Vorderseite der Maske zu berühren. Die Maske, nach Möglichkeit, in einen verschlossenen Behälter entsorgen oder bei einer längeren **Pause** an einen dafür vorgesehenen Ort (z.B. eine Schale) mit der Vorderseite nach unten deponieren (auf lediglich persönliche Weiterverwendung achten).

Die Maske selbst nicht berühren, da sie kontaminiert sein könnte. Nach dem Ablegen der Maske die Hände waschen.

Beim Wiederanziehen nach einer Pause, wieder bei **Schritt A** beginnen und die Maske innen nicht anfassen.