

# Homeoffice bei Schwangerschaft

**Beitrag von „Vogelbeere“ vom 4. Dezember 2020 14:05**

In den von mir angesprochenen ffp2-Masken wird dies mit der Atemerschwerung begründet.

Das Blutvolumen steigt in der Schwangerschaft ja massiv an und der Sauerstoffbedarf wächst. Dies ist dann wohl mit einer ffp2-Maske nicht mehr vereinbar.

Sicherlich kommt es auch auf das individuelle Empfinden an. Ich bin extrem kurzatmig in dieser Schwangerschaft, auch ohne Maske. Wenn ich ohne Corona in Präsenz arbeiten würde, müsste meine Schule mich so einsetzen, dass ich möglichst wenig Treppen laufen muss, da ich danach regelmäßig massive Kreislaufprobleme habe (Schwindel, hohe Herzfrequenz bis hin zu Übelkeit). Mit einem normalen MNS aus Stoff merke ich schon ohne große Anstrengung (also ohne Treppen ;) Schwierigkeiten beim Atmen. Das geht nur mit weit offenem Mund. OP-Masken kann ich aufgrund des Eigengeruchs nicht tragen. Die vom besagten Ministerium zur Verfügung gestellten FFP2-Masken habe ich trotz "Verbotes" probiert, das Ergebnis ist das gleiche - es geht nicht.

In der Konsequenz begeben sich mich nur noch in Situationen, in denen die Maske nur kurz oder überhaupt nicht benötigt wird. Ich gehe davon aus, dass das nach der Schwangerschaft wieder anders sein wird, da ich prinzipiell keine Probleme mit der Atmung habe. Wie ich aber mittlerweile weiß und wie man mir auch schon sehr lange ansieht, erwarte ich wohl mal wieder ein recht großes Kind. Das braucht und nimmt sich Platz und hockt nicht freundlich unten in der Ecke.

(Dafür habe ich andere Zipperlein (bisher) nicht so extrem wie andere.)

Interessant wird es ja, wenn man mal nach ffp2-Masken und Schwangerschaft googelt. Da erscheinen viele Schreiben aus deutschen Kultusministerien und Gefahrenbeurteilungen der zuständigen Behörden von Kranken- und Pflegeeinrichtungen, in denen steht, dass Schwangere besagte Masken zum Eigenschutz tragen können (mit Pausen natürlich, die ja aber im Alltag auch nicht gewährleistet sind). Die Handreichungen aus Ö und CH hingegen sprechen sehr klar davon, dass ffp1(!) bis ffp3-Masken für Schwangere ungeeignet und sie in anderen Bereichen einzusetzen sind.