

Мастер-класс педагога дополнительного образования
МБУ ДО «Борисовский Дом творчества»
Ивичук Анны Дмитриевны

Тема: Изготовление многоразовой марлевой повязки.

Цель: Формирование умений по изготовлению марлевой повязки с пришивными завязками.

Задачи:

1. Научить навыкам изготовления многоразовой марлевой повязки.
2. Изготовить медицинскую марлевую повязку с пришивными завязками.
3. Воспитывать чувство ответственности за безопасность членов своей семьи и окружающих.

Оборудование:

1. Марля (подойдут и широкие бинты);
2. Сантиметровая лента;
3. Нитки;
4. Иголка и портновские булавки;
5. Линейка;
6. Ножницы;
7. Лента-завязка для запекания в духовом шкафу;
8. Утюг;
9. Швейная машина;
10. Лист А4, карандаш.

Ход занятия

1. Организационный момент

2. Рассказ педагога

Осенью, когда прохладно и влажно, начинает буйствовать грипп, от которого мучаются дети и взрослые. Чтобы избежать заражения опасным вирусом со всеми его осложнениями, нужно обезопасить себя любыми возможными способами. Ватно-марлевая повязка является самым простым и доступным средством защиты дыхательных путей от различных бактерий и инфекций. Также она необходима, когда кто-нибудь из семьи уже заболел, и вы не хотите, чтобы остальные члены семьи заразились.

В разгар эпидемии в аптеках обычно начинается ажиотаж с защитными масками, поэтому лучше всего их пошить своими руками. Тем более что это не отнимет у вас много времени и сил. Одноразовая фабричная маска, приобретённая в аптеке, действует небольшой промежуток времени и её нельзя использовать вторично.

Медицинская марлевая повязка служит защитой от болезней, передающихся воздушно-капельным путем (грипп, COVID-19, дифтерия, коклюш т.п.). При высоком содержании в воздухе пыли, дыма, смога, марлевое изделие следует увлажнить водой. При пожаре она также поможет защититься от ядовитых продуктов сгорания и дыма на некоторое время.

Надевая маску в общественных местах, люди проявляют уважение к остальным членам общества и снижают степень распространения инфекции. Выделяемая мокрота остается на ткани и не распыляется на присутствующих рядом.

Материалы для изготовления должны быть из натурального 100% хлопка, без примесей синтетики и хлора для отбеливания. В них не должны содержаться короткие волокна, которые при вдохе могут попасть в легкие. Синтетический материал является плохой защитой, вызывая аллергическую реакцию, раздражение и затрудняя дыхание.

Теперь давайте разберемся, как изготовить **ватно-марлевую повязку**. Для этого вам потребуется: вата, аптечный бинт или марля, линейка, ножницы, иголка и нитки.

Принцип создания ватно-марлевой повязки от коронавируса — использование дышащей плотной основы (свернутая в несколько слоев марля) и фильтра, который прокладывается между слоями основы. Удобнее применять вату из натуральных волокон.

Перед тем как сшить ватно-марлевую повязку, убедитесь, что плотность материала составляет 36 г/м², иначе защита неэффективна. Для проверки параметра взвесьте кусок марли шириной 90 см и длиной 5 м. Его масса должна составлять 162 г.

Вата для изготовления повязки должна быть полностью натуральной, хлопковой, без включения синтетики. Узнать, насколько «чистый» материал используете, можно, поднеся его под УФ-излучение. Натуральная вата не светится. При наличии свечения делаем вывод: в составе материала искусственные синтетические добавки.

Проверьте вату на длину волокон. Хорошенько встряхните ее в воздухе несколько раз. Если после данной процедуры в воздухе остается пыль,

материал не качественный и не подходит для изготовления маски от коронавируса. Мелкие частицы будут проникать в органы дыхания и вызовут дискомфорт.

Важно! Стерильность материалов при изготовлении ватно-марлевой повязки не принципиальна. Но медики советуют использовать стерильные вату и бинт.

Чтобы изготовленная своими руками ватно-марлевая повязка способствовала надежной защите от коронавируса, у нее должны быть размеры согласно медицинским требованиям. Для взрослого и ребенка они отличаются.

Стандартная схема ватно-марлевой повязки предполагает следующие размеры:

- Центральная часть — 20x20 см;
- длина повязок — 30-35 см (бывают пришивные или формируются из цельного куска марли при разрезе полотна);
- Общая длина изделия — 90 см.

Для детей школьного возраста центральная часть изделия составляет 10x15 см. Подросткам можно изготовить маску 14x14 см, как и взрослым. Детям 3-6 лет уменьшайте указанные размеры на 2/3, но, перед тем как сшить ватно-марлевую повязку ребенку, примерьте изделие на него. Малышу должно быть комфортно в повязке, при этом следите, чтобы она плотно прилегала к лицу.

При изготовлении опирайтесь на индивидуальные параметры. Размеры ватно-марлевой повязки для женщины и крупного мужчины могут отличаться. Для людей с широким лицом можете увеличить ширину медицинской маски до 30 см. Чтобы не гадать с размерами, приложите материал к лицу от одного уха к другому. Это и будет ширина основной части. Не забудьте оставить по 2 см по краям для строчки и завязок.

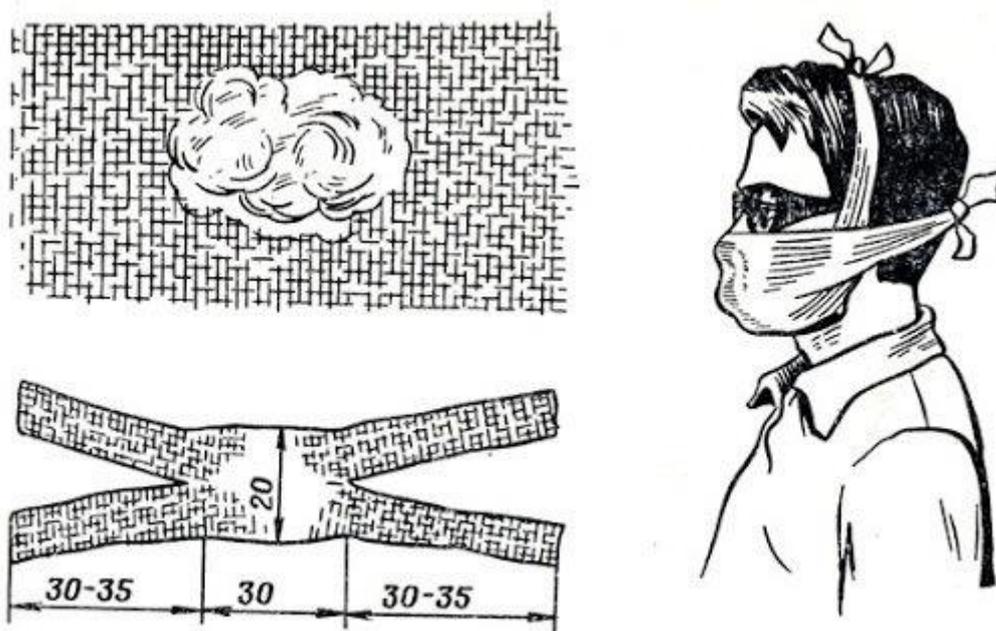
Для людей с крупной головой потребуются завязки длиннее. Идеально перед началом работы измерить окружность головы и поделить полученное значение надвое. Это и будет длина повязки.

Чтобы сделать выкройку ватно-марлевой повязки от коронавируса, на бумаге нарисуйте квадрат со сторонами по 20 см или прямоугольник 20x30 см в зависимости от размеров лица. По углам основной части нарисуйте 2 полосы шириной от 5 см и длиной 30-35 см: это завязки. На выкройке формируем их широкими, поскольку марлю придется складывать в несколько слоев.

ПОВЯЗОК.



- Для изготовления повязки возьмите кусок марли размером 100*50 см.
- Положите на него слой ваты толщиной 1-2 см.
- Края марли загните с обеих сторон и наложите на вату, после чего концы необходимо разрезать по длине с каждой стороны на 30-35 см.
- Повязка должна одеваться таким образом, чтобы закрывала подбородок, рот и нос.



Выглядит в надетом виде не очень, дышать через нее тяжело, но защитные функции выполняет исправно. Такая повязка является одноразовой, то есть, поносив ее пару часов, нужно просто выбросить.

Использовать ватно-марлевую повязку необходимо по правилам и рекомендациям Роспотребнадзора и врачей:

- Повязка должна плотно прилегать к подбородку, носу и щекам.

- Менять ее необходимо каждые 1,5-2 часа.
- Надевать повязку необходимо в местах массового скопления людей и в закрытых помещениях: в магазинах, общественном транспорте и т.д.

Носить повязку должен заболевший человек, но и для здорового она существенно снизит вероятность заразиться, в том числе и коронавирусом. Особенно, если соблюдать и другие рекомендации к гигиене во время эпидемии:

- носить перчатки;
- обрабатывать руки антисептическими средствами;
- не прикасаться грязными руками к лицу.

Так как в данном мастер-классе мы будем изготавливать многоразовую марлевую повязку, которую можно стирать после использования (отдельно от других вещей!), гладить горячим утюгом не менее 3-х минут с каждой стороны (в режиме хлопок) и использовать снова. В качественном защитном средстве может быть от 10 до 20 слоев и в середине можно использовать дополнительный защитный слой из хлопчатобумажной ткани.

Маска должна закрывать нос до линии глаз, рот и весь подбородок до начала шеи. Только такое изделие обеспечивает безопасное поступление воздуха через фильтрующие слои. Слишком плотная повязка может перекрыть доступ атмосферного воздуха, что особенно опасно для малышей и пожилых людей, и чревато потерей сознания. Поэтому нужно искать золотую середину между защитой и возможностью свободно дышать.

На изготовление многоразовой защитной марлевой повязки нам потребуется примерно 10-15 минут.

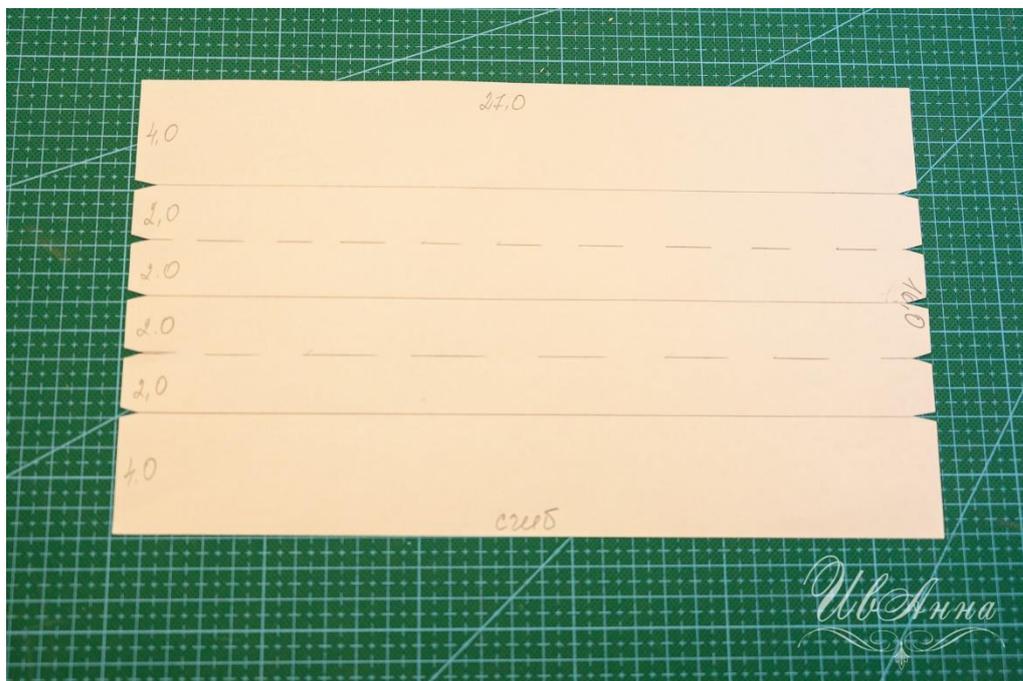
3. Практическая работа.

3.1 Подготовить необходимые материалы и оборудование.



3.2. Изготовить лекало повязки на взрослого человека.

Чтобы не рисовать на ткани, можно отложить нужные размеры на листе бумаги, и по нему вырезать заготовки.



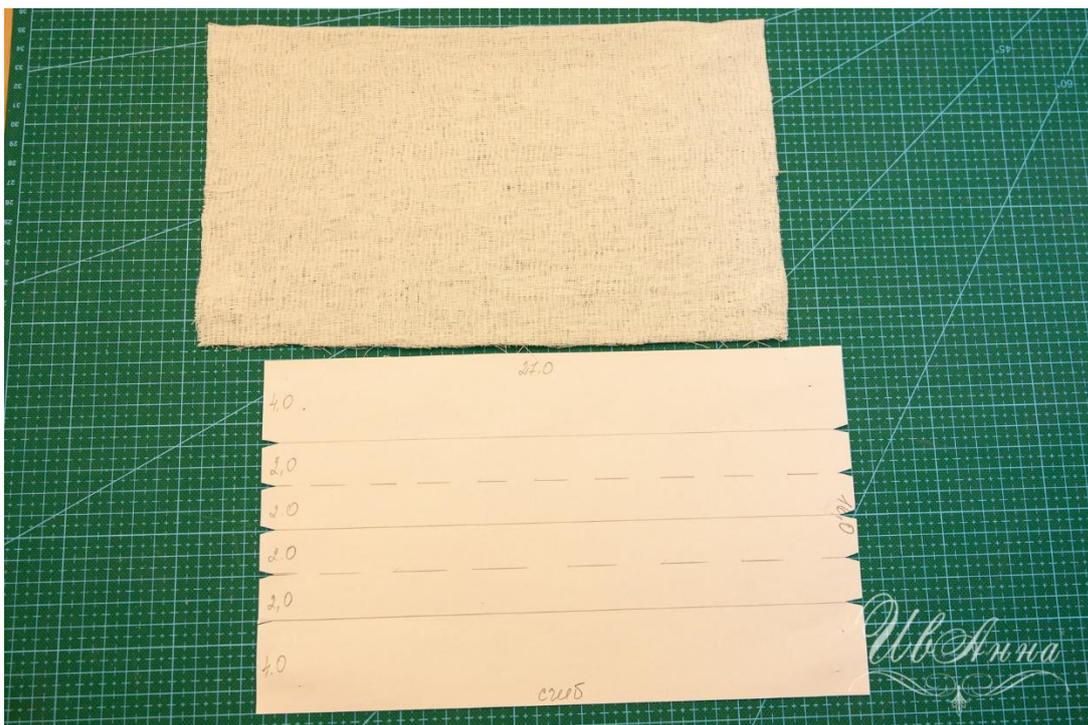
3.3. Выкраиваем детали для марлевой повязки.



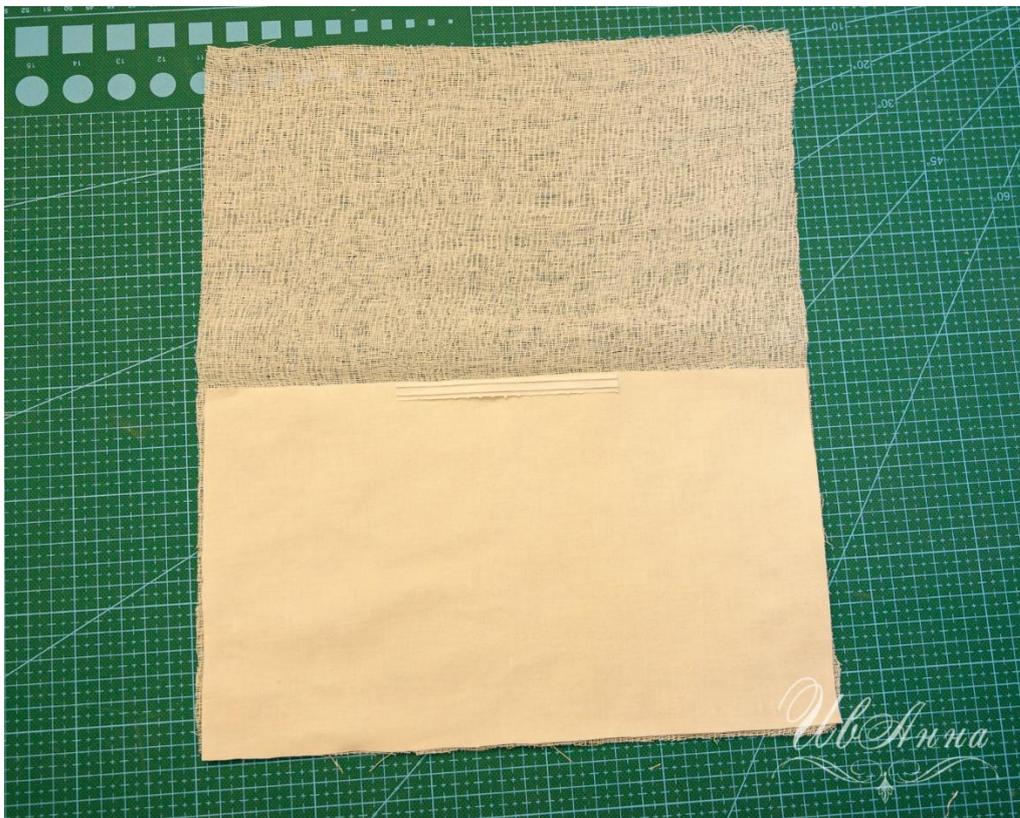
Подготовить кусок плотной марли, разложив его на рабочем столе и аккуратно складываем его в необходимое количество слоёв от 10 до 20. Чем больше слоев проложено в маске, тем лучше ее защитные свойства.

Лекало располагаем к сгибу марлевого отреза и добавляем припуски на обработку по 1,0 см с каждой стороны.

3.4. Для более надёжной защиты можно выкроить дополнительный слой из хлопчатобумажной ткани (б/у наволочка).



3.5. Укладываем в середину марлевой повязки х/б слой и по центру ленту-завязку для запекания, которая обеспечит более плотное прилегание повязки в области носа.



Аккуратно сложить все детали друг на друга, выравнивая края.

3.6. Накрываем верхним слоем марлевой повязки и закрепляем портновскими булавками ленту-завязку.

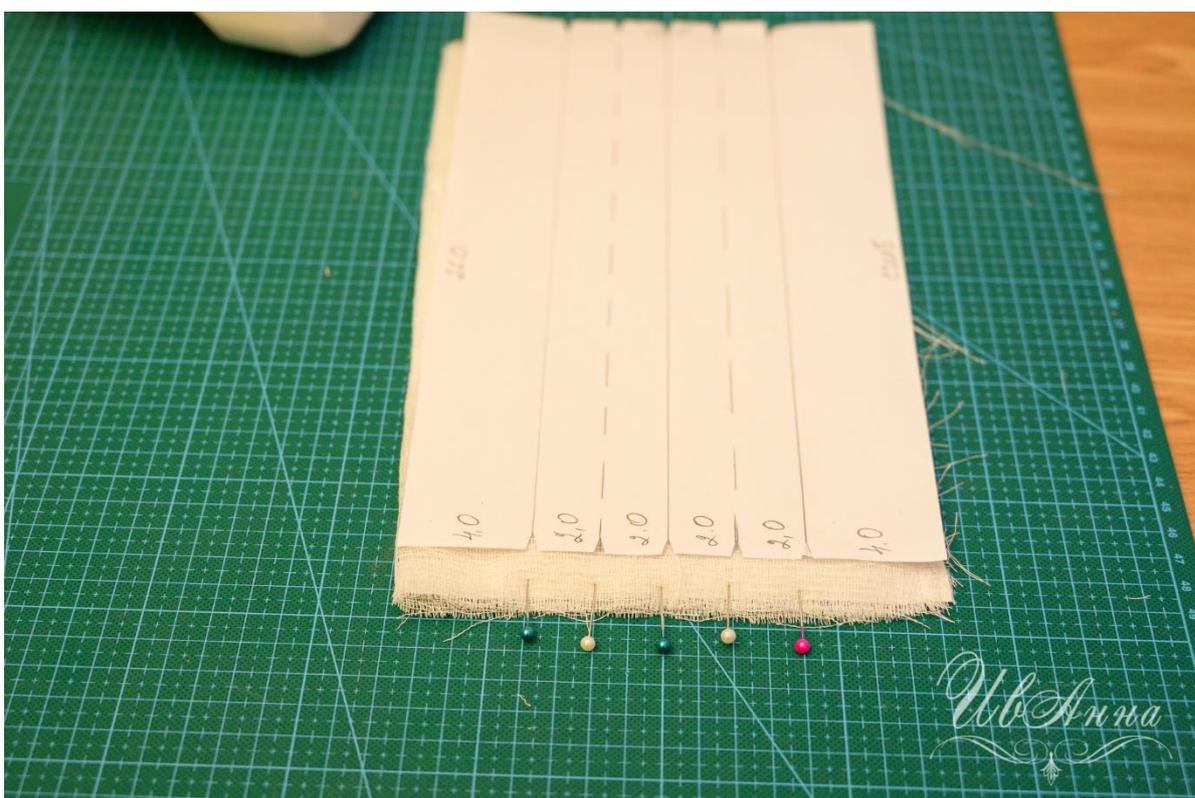


Прокладываем прямую строчку на расстоянии 0,3 -0,5 см от сгиба, закрепляя тем самым ленту-завязку.

3.7. Закрепляем нижние срезы повязки прямой строчкой (можно приметать крупными стежками).



3.8. Намечаем по две складки на боковых сторонах повязки.



3.9. Закладываем склад с правой и левой стороны повязки.

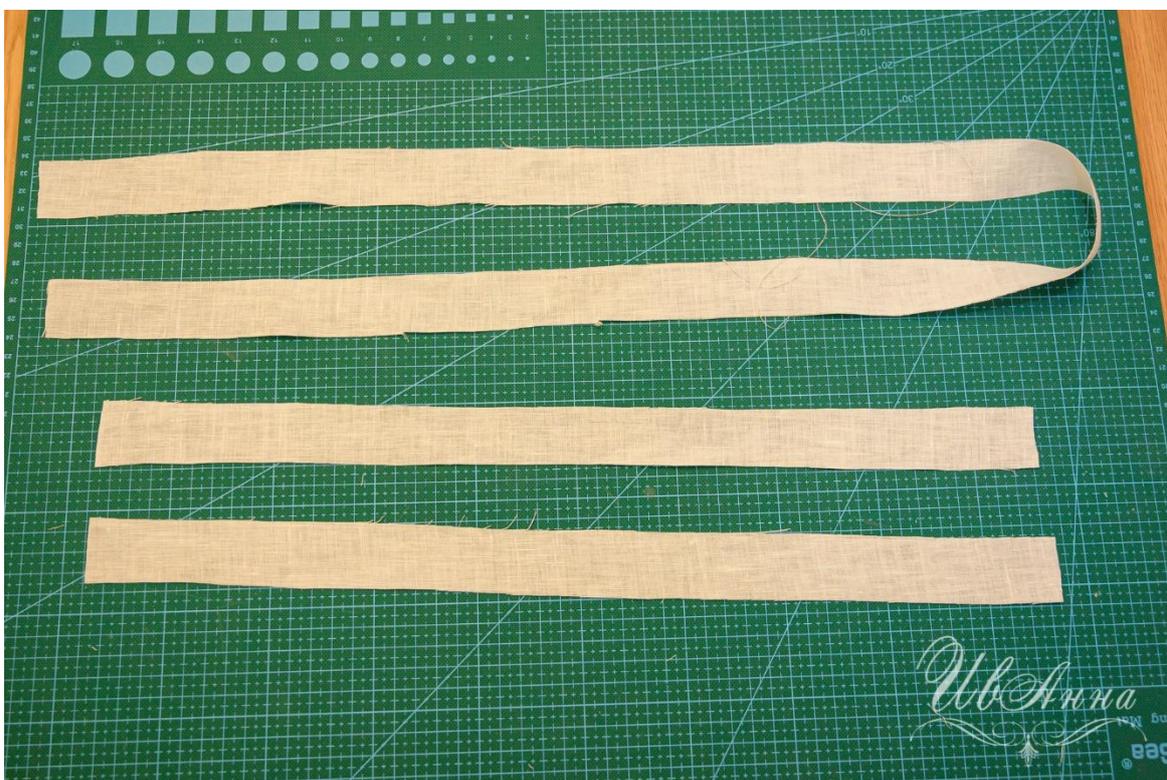


4.0. Закрепляем прямой строчкой боковые стороны (можно приметать крупными стежками).



И приутюживаем склады.

4.1. Заготавливаем завязки.

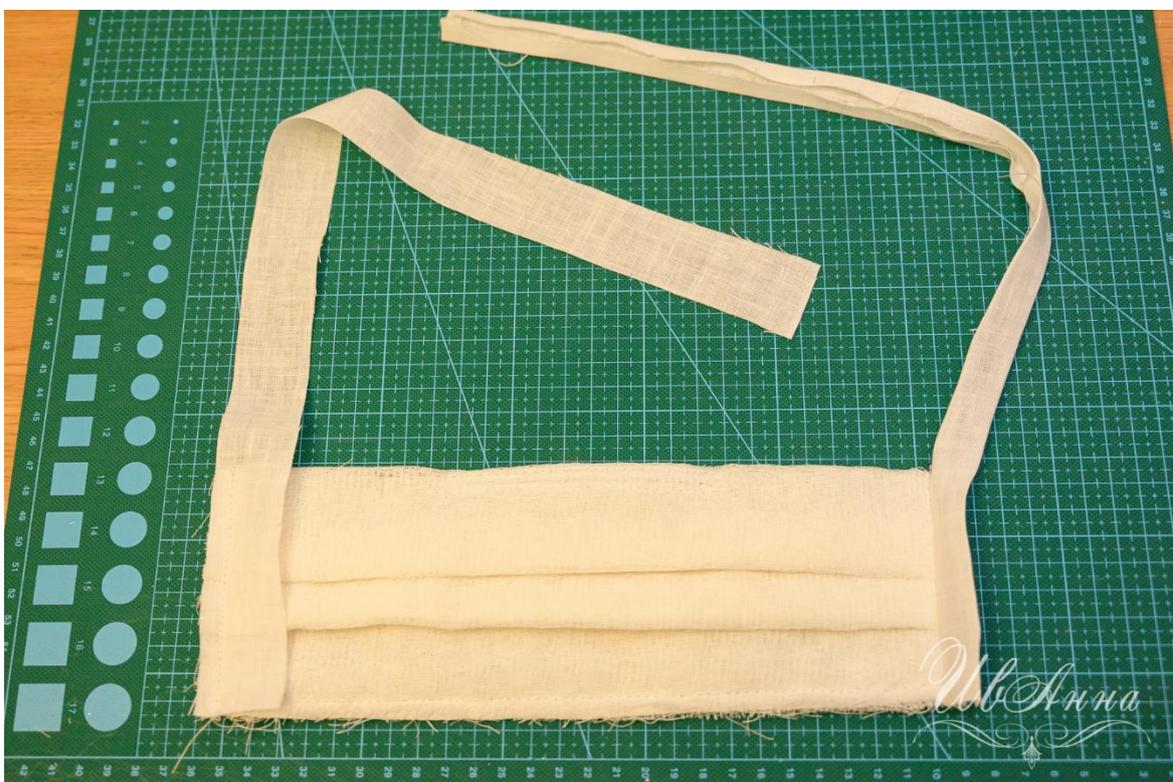


Выкраиваем 2 полоски из х/б ткани шириной 3,0 см длиной 45,0 – 50,0 см и одну – 100,0 см. (Можно для завязок использовать ту же марлю)

4.2. Укладываем к боковым сторонам повязки более короткие завязки, уравнивая нижний срез (не сгиб) повязки с началом завязок.



4.3. Притачиваем завязки по боковым сторонам повязки.



Прокладываем строчку на расстоянии 0,5 см от края. Заутюживаем края на завязках во внутрь на расстоянии 0,5 см от края.

4.4. Высекаем ножницами утолщение ткани в области складок, не доходя до строчки 0,3 см.



4.5. Закрепляем строчкой с изнаночной стороны завязки.



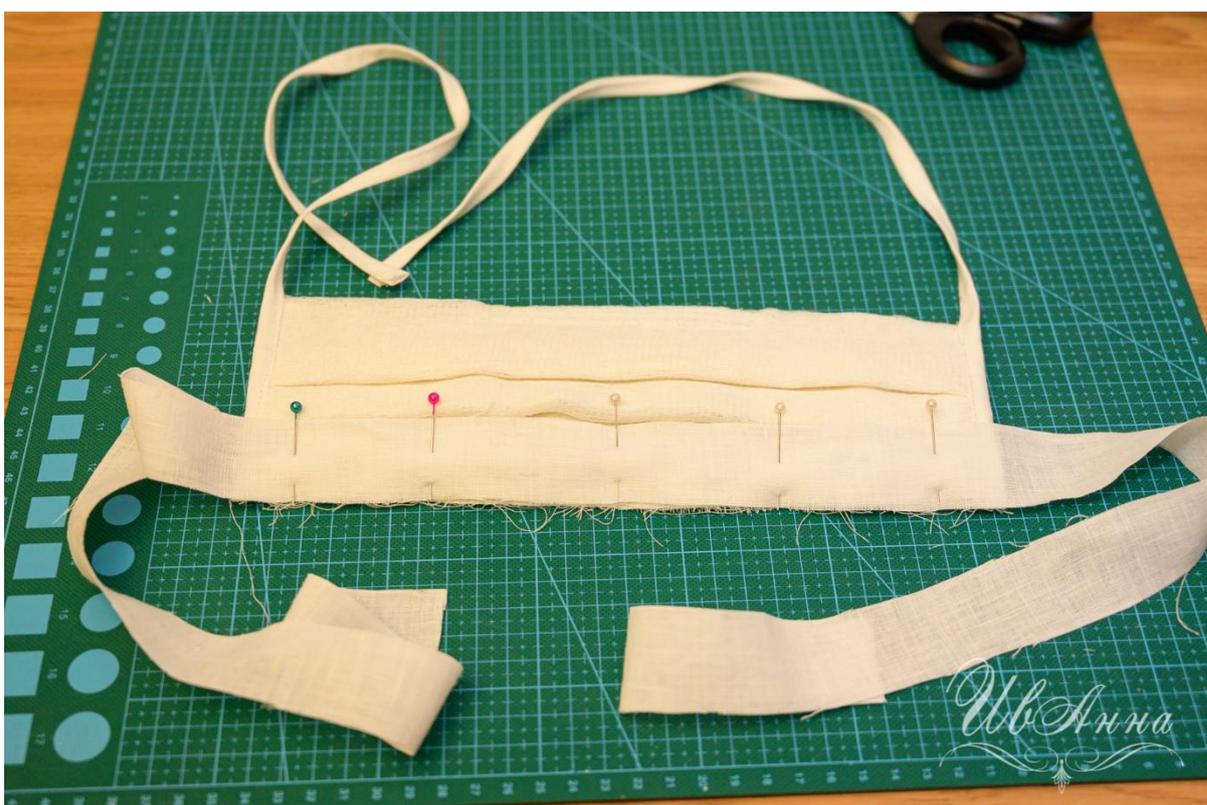
Огибаем боковые срезы заутюженным краем завязки и прокладываем строчку на расстоянии 0,1 см от края. Одновременно продолжая стачивать края завязки.



4.6. Притачиваем завязку по нижней стороне повязки.



Находим середину детали завязки и середину детали повязки. Накладываем завязку на повязку, совмещая центры изделия и прикрепляем портновскими булавками. Прокладываем строчку на расстоянии 0,5 см от края.





4.7. Заутюживаем края на завязке во внутрь на расстоянии 0,5 см от края.



4.8. Закрепляем строчкой с изнаночной стороны завязки по нижнему краю.



Огибаем нижний срез заутюженным краем завязки и прокладываем строчку на расстоянии 0,1 см от края.

4.9. Приутюживаем повязку в готовом виде.



4. Закрепление.

Устная работа.

1. Как выглядит ватно-марлевая повязка?
2. Простейшие органы защиты органов дыхания.
3. Распространённые ошибки ношения повязок.

Повязка из марли своими руками решает проблему дефицита в период инфекционных эпидемий. Процесс изготовления этих изделий настолько прост, что справиться могут даже неопытные люди, не державшие в руках иголку. Самодельная медицинская маска из марли позволяет выходить из дома в период карантина, и производить закупки необходимых продуктов и лекарств, не опасаясь заразиться. Следует помнить, что маска не дает 100% гарантии безопасности, и ее необходимо менять каждые 2-3 часа.

5. Подведение итогов.

Надевать маску нужно тогда, когда вы заходите в магазин или транспорт. Если вы находитесь на работе или других общественных местах, повязка меняется раз в 2 часа, иначе бактерии, от которых мы хотим защититься, будут на ней скапливаться. Не стоит выбрасывать использованное защитное средство, достаточно его постирать в горячей воде хозяйственным мылом и прогладить горячим утюгом. Своевременно принятые защитные меры для профилактики намного эффективней, чем последующее длительное лечение.

Важно! Наилучший эффект ношение масок дает в том случае, если они надеты и на больного, и на здорового человека.

6. Домашнее задание.



Будьте здоровы!