

In unserer Schritt-für-Schritt Anleitung verraten wir Ihnen, wie Sie ganz einfach eine CPAP-Maskenauflage selbst herstellen können. Eine solche Maskenauflage können Sie dann auf das Maskenkissen legen, so dass sie die Haut vor dem Masken-Silikon schützt. Das kann gegen **Maskenleckagen, Hautirritationen und Druckstellen** sehr hilfreich sein.

Sie benötigen dafür lediglich ein Fensterleder (50cm x 35cm), wie Sie es ganz einfach im Baumarkt oder Internet erwerben können.

## Anleitung:

**SCHRITT 1:** Breiten Sie das Ledertuch auf einem Tisch aus und legen Sie Ihre Maske mit der offenen Seite des Maskenkissens darauf.



**SCHRITT 2:** Skizzieren Sie auf dem Leder großzügig die Umrisse Ihres Maskenkissens (außerhalb und innerhalb!)



**SCHRITT 3:** Nehmen Sie eine scharfe Schere und schneiden Sie entlang Ihrer Skizzierung die Leder-schablone aus.



**SCHRITT 4:** Positionieren Sie das Lederstück nun zwischen Maskenpolster und Ihrer Haut - der direkte Kontakt wird nun verhindert.

