Hauptsitz:
KE!N EINZELFALL e.V.
Schiffbeker Höhe 30
22119 Hamburg

Unsere Landesstellen:
Bayern I Berlin
Sachsen-Anhalt
Schleswig-Holstein

Der **KE!N EINZELFALL e.V.** steht für **Sichtbarkeit, Gehör und Unterstützung**!

Gern möchten wir dich unterstützen und stellen dir Informationsmaterial zur Verfügung.
Unser Informationsmaterial dient ausschließlich der Aufklärung. Es ersetzt keine Rechtsberatung und keine Therapie.

Thema: Attest zur Befreiung von einer Maskenpflicht aufgrund von Traumafolgestörungen

Vielleicht kennst du folgende Situation: Für viele Menschen ist das Tragen einer Maske lediglich ungewohnt oder unbequem. Für manche Menschen mit Traumafolgestörungen kann das Tragen einer Maske jedoch erhebliche psychische Belastungen auslösen. Vielleicht bemerkst du bei dir starke Angstzustände, Panikattacken, Atemnotgefühle, Flashbacks, Dissoziationen, Gefühle des Ausgeliefertseins, Erinnerungen an traumatische Erlebnisse, massive innere Anspannung, Kontrollverlust. In solchen Situationen kann das Tragen einer Maske zu einer erheblichen gesundheitlichen Belastung werden.

Wann kann ein Attest sinnvoll sein?
Ein ärztliches Attest kann sinnvoll sein, wenn das Tragen einer Maske aufgrund einer psychischen Erkrankung oder Traumafolgestörung zu erheblichen gesundheitlichen Beeinträchtigungen führt. Dabei geht es nicht darum, ob das Tragen einer Maske unangenehm ist. Entscheidend ist vielmehr: **Führt das Tragen einer Maske aufgrund deiner Erkrankung zu einer erheblichen gesundheitlichen Belastung oder Verschlechterung?**

Welche Erkrankungen können betroffen sein?
Dies kann beispielsweise der Fall sein bei Posttraumatischer Belastungsstörung (PTBS), komplexer PTBS, Angst- und Panikstörungen, schweren Angststörungen, bestimmten Zwangserkrankungen, schweren psychischen Belastungsreaktionen, anderen psychischen Erkrankungen mit entsprechender Symptomatik. Wichtig ist immer die individuelle medizinische Beurteilung.

Was sollte in einem Attest beschrieben werden?
Nicht die Diagnose allein ist entscheidend. Wichtiger ist die Beschreibung der konkreten Auswirkungen. Zum Beispiel welche Symptome auftreten, wie sich das Tragen einer Maske auf deine Gesundheit auswirkt, welche Belastungen entstehen, welche Folgen für deinen Alltag zu erwarten sind.

Mustertext für ein ärztliches Attest
Der folgende Text dient ausschließlich als Beispiel. Er muss immer an deine persönliche Situation angepasst und von deinem behandelnden Arzt oder deiner behandelnden Ärztin geprüft werden.

Beispieltext für deinen Arzt

Sehr geehrte Damen und Herren,

die oben genannte Patientin befindet sich aufgrund einer Traumafolgestörung in meiner regelmäßigen Behandlung.

© KE!N EINZELFALL e.V.

Aufgrund der bestehenden Erkrankung führt das Tragen einer Gesichtsmaske zu erheblichen psychischen Belastungsreaktionen. Hierzu gehören insbesondere ausgeprägte Angstzustände, Panikreaktionen, Gefühle des Ausgeliefertseins sowie traumabezogene Belastungssymptome.
Das Tragen einer Maske kann bei der Patientin zu einer deutlichen Verschlechterung des psychischen Gesundheitszustandes führen und erhebliche Krisensituationen auslösen.

Aus ärztlicher Sicht ist der Patientin das Tragen einer Gesichtsmaske aus gesundheitlichen Gründen nicht zumutbar.

Mit freundlichen Grüßen
[Unterschrift / Stempel Arzt]

----- Ende Beispieltext -----

WICHTIG: Ein Attest bedeutet nicht automatisch, dass jede Einrichtung, Behörde oder jeder Veranstalter verpflichtet ist, jede gewünschte Ausnahme zu gewähren. Die rechtlichen Regelungen können sich ändern und hängen von der jeweiligen Situation ab. Ein Attest kann jedoch dabei helfen, deine gesundheitliche Situation nachvollziehbar darzustellen.

Was solltest du beachten?
Sprich frühzeitig mit deiner behandelnden Ärztin oder deinem behandelnden Arzt. Beschreibe möglichst konkret, welche Symptome auftreten. Bewahre das Attest sorgfältig auf. Informiere dich über die jeweils geltenden Regelungen. Kläre im Zweifel vorab, ob das Attest anerkannt wird.

Häufige Irrtümer
„Eine Traumafolgestörung reicht automatisch für eine Befreiung aus." Nein. Entscheidend ist immer die konkrete gesundheitliche Auswirkung im Einzelfall.

„Mit einem Attest gelten keine Regeln mehr." Nein. Ein Attest dient der medizinischen Begründung. Welche rechtlichen Folgen sich daraus ergeben, hängt von den jeweiligen Regelungen ab.

Vielleicht fällt es dir schwer, über die Auswirkungen deiner Traumafolgestörung zu sprechen. Vielleicht hast du Angst, dass andere deine Beschwerden nicht verstehen. Bitte vergiss nicht: Du musst deine gesundheitlichen Belastungen nicht verstecken. Wenn bestimmte Situationen aufgrund deiner Erkrankung starke Belastungen auslösen, darfst du das benennen. Du darfst Unterstützung suchen. Und du darfst mit deinen behandelnden Ärzten darüber sprechen, welche Hilfen oder Nachweise in deiner Situation sinnvoll sein können. **Deine Gesundheit und dein Wohlbefinden sind wichtig.**

Für mehr Sichtbarkeit, Gehör und Unterstützung. Gemeinsam **KE!N EINZELFALL!**

Beste Grüße
Das Team von
KE!N EINZELFALL e.V.
Opferhilfe für soziale Gerechtigkeit

© KE!N EINZELFALL e.V.