



23.01.2024 - 09:31 Uhr

## Medienmitteilung: Der Start der Pollensaison steht bevor

Liebe Medienschaffende

Die Haselpollen dürften bald vielerorts durch die Luft fliegen und läuten den Start der Pollensaison ein. Untenstehend finden Sie dazu die Medienmitteilung von aha! Allergiezentrum Schweiz.

Freundliche Grüsse

Barbara Peter

Leiterin Kommunikation und Medien

aha! Allergiezentrum Schweiz

### Jetzt beginnt die Hasel zu blühen: Die Pollensaison startet

Der Start der Pollensaison steht bevor: Sobald die Sonne scheint und die Temperaturen auf über fünf Grad steigen, dürften in den nächsten Tagen die Haselpollen losfliegen. aha! Allergiezentrum Schweiz rät Personen mit einer Pollenallergie, den Pollenflug zu beobachten und ihre Medikamente einzunehmen. Wer unsicher ist, ob die Nase wegen Pollen oder einer Erkältung läuft, klärt das am besten bei seinem Arzt, seiner Ärztin ab.

Heuschnupfen-Geplagte, die auf die Hasel allergisch sind, haben es vielleicht schon bemerkt: Da und dort sind im Mittelland die Haselpollen unterwegs und läuten den Start der Pollensaison ein. «In den letzten Tagen haben wir spürbar mehr Anfragen von Betroffenen erhalten, die unter Heuschnupfen-Symptomen leiden», berichtet Roxane Guillod, Co-Leiterin Fachdienstleistungen von aha! Allergiezentrum Schweiz. In diesem Jahr fliegen die Haselpollen deutlich später los als 2023. Regula Gehrig, Biometeorologin von MeteoSchweiz bestätigt: «Im letzten Jahr begann die Haselpollensaison schon anfangs Januar, rekordverdächtig früh. In diesem Jahr hat das wechselhafte und teils frostig-kalte Wetter das Aufblühen der Haselsträucher verhindert, obwohl viele schon Anfang Januar fast blühbereit waren.»

### Der grosse Pollensturm folgt erst noch

Es kann also Haselpollen in der Luft haben, wenn auch aktuell noch nicht in riesigen Mengen. Der grosse Sturm der Haselpollen im Mittelland wird derzeit durch Regen und die fehlende Sonne noch verhindert. «Um zu blühen, braucht die Hasel Sonne und Temperaturen über fünf Grad Celsius», sagt Regula Gehrig von MeteoSchweiz. An wärmeren und sonnigen Tagen ist nun schweizweit mit mässigen bis starken Belastungen von Haselpollen zu rechnen. Bei MeteoSchweiz, der Betreiberin des Pollenmessnetzes der Schweiz, verzeichneten die meisten Messstationen im Flachland bereits schwache Belastungswerte bei den Haselpollen. Im Tessin wurde bereits seit Ende Dezember mehrmals eine mässige bis hohe Pollenbelastung gemessen.

### Früh und besonders allergen: die Purpurerle

Auf der Alpensüdseite beginnt nach und nach auch die Erlenblüte. Doch Erle ist nicht gleich Erle. In der Schweiz gibt es drei Erlenarten: die Schwarzerle, die Grauerle und die Grünerle. Neben diesen einheimischen Arten wurde in den letzten Jahren in mehreren Schweizer Städten die Purpurerle angebaut. Dieser widerstandsfähige Baum wird vor allem in Alleen gepflanzt. Mit spürbaren Folgen für Pollenallergikerinnen und -allergiker, wie Roxane Guillod beschreibt: «Die stark allergene Purpurerle blüht früher als unsere einheimischen Erlen. Sogar schon um die Weihnachtszeit waren ihre Pollen in der Luft und haben bei Betroffenen Heuschnupfen ausgelöst.» Die Pollen der Purpurerle können also allergische Symptome hervorrufen, bevor die Blütezeit der heimischen Erlen beginnt.

### Medikamente ab jetzt einnehmen

So oder so: Heuschnupfen-Betroffenen, die auf Hasel- und Erlenpollen allergisch reagieren, sollten nun keine Zeit verlieren. «Wer seine Pollenallergie schon abgeklärt hat, sollte jetzt mit der Einnahme der verschriebenen Medikamente, meist Antihistaminika, beginnen», empfiehlt Roxane Guillod von aha! Allergiezentrum Schweiz. Was können Betroffene sonst noch tun? Im Alltag ist es gut, draussen eine Sonnenbrille zu tragen, nur kurz stosszulüften und abends die Haare zu waschen. Um den Pollen möglichst auszuweichen, sollten Allergikerinnen

und Allergiker zudem den Pollenflug beobachten. Dabei nützlich sind die Website [pollenundallergie.ch](http://pollenundallergie.ch) und die App [Pollen-News](#), mit denen die Pollenbelastung in Echtzeit verfolgt werden kann und ersichtlich wird, in welcher Region wie viele Pollen fliegen. Wer derzeit niest, sich aber nicht sicher ist, ob es sich um eine Erkältung oder um einen allergischen Schnupfen handelt, kann dies mit dem [Schnupfentest](#) von aha! Allergiezentrum Schweiz herausfinden. Roxane Guillod rät zudem, bei Verdacht auf Heuschnupfen diesen unbedingt bei der Hausärztin, beim Allergologen abklären zu lassen.

### **Mehr Informationen**

Kostenlose Broschüren «[Pollenallergie](#)», «[Pollen-Ratgeber](#)» und «[Allergenspezifische Immuntherapie](#)»

### **Kontakt:**

Barbara Peter  
Leiterin Kommunikation und Medien  
aha! Allergiezentrum Schweiz  
Scheibenstrasse 20  
3014 Bern  
+41 31 359 90 45  
[barbara.peter@aha.ch](mailto:barbara.peter@aha.ch)  
[www.aha.ch](http://www.aha.ch)

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000124/100915343> abgerufen werden.