



27.03.2024 – 09:24 Uhr

Medienmitteilung: Auffallend früh dran: Jetzt sind die Birkenpollen unterwegs

Liebe Medienschaffende

Die stark allergene Birke hat zu blühen begonnen und löst bei Heuschnupfen-Geplagten Allergien aus. Untenstehend erhalten Sie dazu eine Medienmitteilung von aha! Allergiezentrum Schweiz. Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Freundliche Grüsse

Barbara Peter

Leiterin Kommunikation und Medien

aha! Allergiezentrum Schweiz

Auffallend früh dran: Die Birkenpollen sind unterwegs

Ihre Pollen sind besonders allergen: Die Birke hat zu blühen begonnen – früher als in anderen Jahren. aha! Allergiezentrum Schweiz rät Allergiebetroffenen sich zu wappnen: mit Sonnenbrille, «Pollen-News»-App und Medikamenten gegen Heuschnupfen.

Für viele Heuschnupfen-Geplagte beginnt nun das grosse Niesen und Schnäuzen: Bei Temperaturen über 12-15 Grad Celsius lässt die Birke ihre stark allergenen Pollen fliegen. «Ist es in den nächsten Tagen und Wochen sonnig und warm, ist in der ganzen Schweiz mit starker Pollenbelastung durch die Birke zu rechnen», sagt Regula Gehrig, Biometeorologin von MeteoSchweiz. Damit ist die Birke klar früher dran als sonst. «Der Blühbeginn auf der Alpennordseite war um ein bis zwei Wochen früher als im langjährigen Mittel», erklärt Regula Gehrig. Der Grund für die sehr frühe Blüte liegt in den aussergewöhnlich hohen Temperaturen seit Februar, bei welchen sich die Frühlingsvegetation sehr rasch entwickeln konnte.

Noch etwas ist heuer anders: Die Birke hat in diesem Jahr ein so genanntes Mastjahr und bildet daher besonders viele Kätzchen aus. «Birken durchlaufen einen zweijährigen Rhythmus. Da letztes Jahr die Pollenmenge eher schwach war, ist nun mit grösseren Belastungen zu rechnen», so Regula Gehrig. Auch Eschenpollen sind bereits in der Luft. Wie die Pollensaison aber tatsächlich verlaufen wird, ist immer auch abhängig vom Wetter.

Ausweichen praktisch unmöglich

Birkenpollen plagen Allergiebetroffene besonders heftig: Zum einen enthalten die Pollen sehr starke Allergene. «Bereits 70 Birkenpollenkörner pro Kubikmeter Luft können allergische Symptome wie juckende Augen, Niesreiz oder Schnupfen auslösen», weiss Roxane Guillod, Co-Leiterin Fachdienstleistungen von aha! Allergiezentrum Schweiz. Zum anderen sind Birkenpollen sehr klein und gelangen so tief in unsere Atemwege. Guillod ergänzt: «Aufgrund ihrer geringen Grösse können sie ausserdem mit dem Wind kilometerweite Strecken zurücklegen – und auch dort für Beschwerden sorgen, wo eigentlich keine Birken vorkommen.» Allergiebetroffene müssen sich also nicht wundern, wenn sie auch während ihrem Ausflug in die Berge, wo Birken aktuell noch nicht blühen, niesen und schnäuzen müssen.

Volkskrankheit Heuschnupfen

In der Schweiz sind rund 20 Prozent der Bevölkerung von einer Pollenallergie betroffen. Damit ist der Heuschnupfen die häufigste Allergiekrankheit hierzulande. Im Rahmen des Nationalen Allergietags 2024 hat aha! Allergiezentrum Schweiz eine [neue Pollenkampagne](#) lanciert: «Deine Frühlingsgefühle? Das geht auch besser.» Denn Niesattacken, tränende Augen und laufende Nase müssen nicht sein! Auf der Kampagnenseite finden Betroffene alle Informationen zur Pollenallergie, konkrete Alltagstipps und praktische Angebote.

Um den Pollenkörnern möglichst auszuweichen, sollten Allergikerinnen und Allergiker den Pollenflug beobachten: «Auf der Website [pollenundallergie.ch](#) und in der kostenlosen App «[Pollen-News](#)» kann in Echtzeit verfolgt werden, wann in welcher Region wie viele Pollen fliegen», rät Roxane Guillod, Pollen-Expertin bei aha! Allergiezentrum Schweiz. Wer seine Pollenallergie schon abgeklärt hat, sollte jetzt mit der Einnahme der

verschriebenen Medikamente, meist Antihistaminika, beginnen. Bei Verdacht auf Heuschnupfen sollte dieser unbedingt bei der Hausärztin oder beim Allergologen abgeklärt werden.

Kontakt:

Barbara Peter
Leiterin Kommunikation und Medien
aha! Allergiezentrum Schweiz
Scheibenstrasse 20
3014 Bern
+41 31 359 90 45
barbara.peter@aha.ch
www.aha.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000124/100917506> abgerufen werden.