



30.04.2024 – 11:33 Uhr

Medienmitteilung: Mit den Gräsern startet die Pollen-Hochsaison

Liebe Medienschaffende

In diesen Tagen beginnen die Gräser zu blühen, auf welche die meisten Pollenallergikerinnen und -allergiker reagieren. Untenstehend erhalten Sie dazu eine Medienmitteilung von aha! Allergiezentrum Schweiz. Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Freundliche Grüsse

Barbara Peter

Kommunikation und Medien

aha! Allergiezentrum Schweiz

Mit den Gräsern startet die Pollen-Hochsaison

Dieses Jahr geht es Schlag auf Schlag: Nach einer kurzen Allergiepause dank kaltem Wetter in den letzten zwei Wochen, folgen nun bereits die Gräserpollen. Rund 70 Prozent der Menschen mit Heuschnupfen reagieren allergisch auf sie. aha! Allergiezentrum Schweiz rät: sich per Pollenprognose informieren und frühzeitig Medikamente gegen Heuschnupfen nehmen.

Die Pollen-Hochsaison ist eröffnet: Die Gräser beginnen zu blühen. An schönen und warmen Tagen dürften ab jetzt überall im Schweizer Flachland zunehmende Mengen an Gräserpollen unterwegs sein. Bereits im Verlauf des Aprils, also noch mitten in der Birkenpollensaison, sind erste Gräserpollen gemessen worden. «Der Grund sind die milden Temperaturen im Februar und März», sagt Regula Gehrig, Biometeorologin bei MeteoSchweiz, der Betreiberin des nationalen Pollenmessnetzes: «Die Vegetation hat in diesem Frühling einen Vorsprung von zwei bis drei Wochen auf das Mittel, da es in den letzten Monaten deutlich zu warm war. Mit dem gleichen Vorsprung haben sich dieses Jahr auch die Gräser sehr früh entwickelt, wurden aber durch den Kälteeinbruch etwas zurückgebunden.» Weiterhin unterwegs sind die hochallergenen Birkenpollen, zunehmend auch in den Bergregionen. Wie die Pollensaison weiter verläuft, wird durch das Wetter beeinflusst und kann nicht vorausgesagt werden. Regula Gehrig: «Entscheidend ist, wie häufig es regnet und wie lange die sonnigen Phasen mit hohen Konzentrationen andauern.»

Gräserpollen fliegen auch in grosser Höhe

Fest steht: Für viele Menschen mit einer Pollenallergie steht nun eine beschwerliche Zeit an: «70 Prozent der Heuschnupfen-Betroffenen reagieren auf die Gräserpollen. Das ist rund jede siebte Person in der Schweiz», sagt Roxane Guillod, Co-Leiterin Fachdienstleistungen von aha! Allergiezentrum Schweiz. Gräserpollen werden mit dem Wind weit getragen und sind auch in höheren Bergregionen noch messbar. So hat die Technische Universität München sogar auf der Zugspitze auf 2'600 m. ü. M. Gräserpollen nachgewiesen – einem Ort, an dem kaum Gras wächst. «Der Kontakt mit Pollen ist in den Höhen zwar geringer, lässt sich aber fast nirgends vollständig vermeiden», so Roxane Guillod. Die Saison der Gräser dauert bis in den Spätsommer und hat ihren Höhepunkt Mitte Mai bis Juni.

Pollenallergie unbedingt abklären

Heuschnupfen ist nicht harmlos: Unbehandelt kann sich daraus ein Asthma entwickeln. «Daher ist die Pollenallergie von einer Allergologin, einem Allergologen abzuklären und zu therapieren», empfiehlt Roxane Guillod. Das geschieht meist mit Antihistaminika, allenfalls in Kombination mit Kortison. Die Pollenallergie kann mit einer Desensibilisierung (Spezifische Immuntherapie) auch ursächlich angegangen werden. Und wann sollten die Allergiemedikamente eingenommen werden? Pollenexpertin Guillod rät: «Am besten wirken Antihistaminika, wenn man sie einnimmt, kurz bevor man den Pollen ausgesetzt ist.» Darum unbedingt die Pollenprognosen beobachten – etwa mit der [Pollen-News App](#), inklusive individuellem Pollen-Push. Weitere Tipps: nur kurz stosslüften, vor dem Schlafengehen die Haare waschen, Kleidung nicht im Schlafzimmer ausziehen und deponieren sowie die Wäsche nicht im Freien trocknen lassen. Und: Draussen immer eine Sonnenbrille tragen.

Kontakt:

Barbara Peter
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/100000124/100918971> abgerufen werden.