



02.09.2025 – 14:00 Uhr

Rückblick auf die Pollensaison 2025

Heuschnupfengeplagte können aufatmen: Die Pollensaison 2025 neigt sich ihrem Ende zu. Besonders Gräserpollen (auf die etwa 70 % aller Heuschnupfenbetroffenen in der Schweiz reagieren) haben vielen lang zu schaffen gemacht. Insgesamt reagiert rund jede fünfte Person in der Schweiz auf Pollen. Wir ziehen Bilanz, auch vor dem Hintergrund eines aktuellen Vorstosses im Zürcher Stadtparlament: Bei Neuanpflanzungen soll künftig verstärkt auf die Bedürfnisse von Allergikerinnen und Allergikern geachtet werden, um die Pollenbelastung in der Stadt zu reduzieren.

Im 2025 begann die Pollensaison zu einem durchschnittlichen Zeitpunkt: Hasel, Erle, Birke und Esche blühten früh, aber nicht ausserordentlich. Besonders die Gräser legten einen frühen und langanhaltenden Start hin. Angesichts der zunehmenden Pollenbelastung rücken auch städtische Begrünungskonzepte mit Fokus auf weniger allergene Pflanzen in den politischen Fokus.

Auf einen milden, eher nassen Jahresstart mit mehreren frostigen Phasen folgten ein aussergewöhnlich warmer und trockener Februar, März und April – ideale Bedingungen für eine früh einsetzende und teils intensive Pollensaison. Der Juni brachte dann rekordverdächtige Hitze und verbreitete Trockenheit, wodurch sich die Gräserblüte verlängerte. Insgesamt war das Wetter im Frühjahr und Frühsommer 2025 sehr pollenfreundlich und begünstigte eine frühe, langanhaltende Belastung.

Hasel und Erle: Saisonstart im normalen Rahmen

Der Start der Pollensaison begann 2025 zu einem normalen Zeitpunkt. Frostige Phasen Anfang Januar verhinderten ein allzu frühes Aufblühen der Haselsträucher, besonders auf der Alpennordseite. Ab Ende Januar stiegen mit milderer Witterung die Haselpollenkonzentrationen zügig an. In tiefen Lagen des Mittellandes setzte die Blüte damit etwa im langjährigen Mittel ein, während im südlicheren Tessin bereits wenige Tage früher erste Pollen registriert wurden. Die Hauptblüte von Hasel und Erle fiel wie üblich in den Februar. Insgesamt endete die Periode der Frühblüher (Hasel, Erle) gemäss MeteoSchweiz nicht auffällig verspätet. Eine lokale Besonderheit stellen städtisch gepflanzte Purpurerlen dar: Sie blühen extrem früh – teils schon um Weihnachten – und setzen dabei Pollen frei, die bei Allergikerinnen und Allergikern Heuschnupfen auslösen können.

Birke und Esche: Zeitiger Frühlingsgipfel, moderate Intensität

Die Birkenpollensaison startete 2025 früh: Bereits Mitte März blühten erste Birken – begünstigt durch einen deutlich zu milden Februar und März, wodurch die Vegetation etwa 1–2 Wochen vor dem langjährigen Durchschnitt lag. Dank dem Ausbleiben eines sogenannten "Mastjahres" – wie es 2024 mit besonders vielen Kätzchen der Fall war – fiel die Pollendosis 2025 insgesamt geringer aus. Gleichwohl traten im warmen Frühjahr örtlich hohe Birkenpollenkonzentrationen auf, etwa während einer sonnigen Periode Anfang April. Eschen blühten parallel zur Birke und erreichten vor allem im März zeitweise hohe Werte, insbesondere im Tessin. Insgesamt endeten Birken- und Eschenblüte diesmal im April weitgehend planmässig.

Gräserpollen: Früher Beginn und ausgedehnte Hochsaison

Mit den Gräsern startete in diesem Jahr die Pollen-Hochsaison besonders zeitig. Erste Gräserpollen flogen bereits im April – noch während die Birkenblüte in vollem Gange war. «Die Gräserpollensaison 2025 in der Schweiz hatte aufgrund des milden Winters und Frühlings einen sehr frühen Start hingelegt. Die Gräserblüte hatte einen Vorsprung von fast zwei Wochen auf das langjährige Mittel», erklärt Biometeorologin Regula Gehrig von MeteoSchweiz. Eine kurze Kaltfront um Ostern bremste das Wachstum der Gräser zwar vorübergehend, doch mit steigenden Temperaturen nahm die Pollenproduktion rasch Fahrt auf. Ab Ende April und Anfang Mai wurden verbreitet starke bis sehr starke Gräserpollenkonzentrationen gemessen. Anders als 2024 – als häufiger Regen im Mai und Juni wie ein „Pausenknopf“ wirkte – gab es 2025 längere trockene Phasen. Seltenen Niederschlägen standen dafür mancherorts Hitzegewitter gegenüber. Insgesamt erlebte die Schweiz eine lange Gräserblüte, die bis Ende Juni immer wieder stark war.

Allergikerfreundliche Begrünung im Fokus

Die anhaltend hohe Pollenbelastung in städtischen Gebieten bringt nicht nur Niessanfälle mit sich, sondern lenkt

auch die politische Aufmerksamkeit auf die Auswahl geeigneter Bepflanzung. Hintergrund ist ein Vorstoss im Zürcher Stadtparlament, der künftig vermehrt pollenarme Pflanzen in öffentlichen Anlagen empfehlen und hochallergene Arten wie Birken oder Erlen weitgehend vermeiden möchte – mit dem klaren Ziel, die allergene Belastung im urbanen Raum zu senken. Zudem bestätigen aktuelle wissenschaftliche Empfehlungen, wie die im Allergo Journal^[1] (Juni 2025), dass Städte, wenn möglich, verstärkt auf wenige oder kaum allergene Pflanzen setzen sollten, um künftigen Gesundheitsschäden vorzubeugen.

[\[1\] Empfehlung zur allergikerfreundlichen Bepflanzung von Städten unter Berücksichtigung des Klimawandels | Allergo Journal](#)

Sybille Suter, Kommunikation und Medien
aha! Allergiezentrum Schweiz
Scheibenstrasse 20, 3014 Bern
+41 31 359 90 49 / sybille.suter@aha.ch / www.aha.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000124/100934536> abgerufen werden.