



27.03.2024 - 09:25 Uhr

## Communiqué de presse: Remarquablement précoce: le pollen de bouleau est maintenant dans l'air

Chères et chers représentant-e-s des médias,

Le bouleau, très allergène, a commencé à fleurir et déclenche des allergies chez les personnes souffrant du rhume des foins. Ci-dessous, vous trouverez un communiqué de presse de aha! Centre d'Allergie Suisse. Nous nous tenons à votre disposition pour toute question supplémentaire.

Meilleures salutations

Barbara Peter

Communication et médias

aha! Centre d'Allergie Suisse

### Remarquablement précoce: le pollen de bouleau est dans l'air

**Son pollen est particulièrement allergène: le bouleau commence à fleurir - plus tôt que les autres années. aha! Centre d'Allergie Suisse conseille aux personnes souffrant d'allergies de s'armer: de lunettes de soleil, de l'App « Pollen News » pour suivre les concentrations de pollen et des médicaments contre le rhume des foins.**

Pour de nombreuses personnes souffrant du rhume des foins, c'est le début des éternuements et du nez qui coule : lorsque les températures dépassent 12-15 degrés Celsius, le bouleau laisse échapper son pollen fortement allergène. « Si le temps est ensoleillé et chaud dans les jours et semaines à venir, il faut s'attendre à une forte concentration de pollen de bouleau dans toute la Suisse », explique Regula Gehrig, biométéorologue de MétéoSuisse. Le bouleau est donc en avance. « Au nord des Alpes, la floraison a débuté une à deux semaines plus tôt que la moyenne pluriannuelle », explique Regula Gehrig. Cette floraison très précoce s'explique par les températures exceptionnellement élevées depuis février, qui ont permis à la végétation printanière de se développer très rapidement.

Une autre chose est différente cette année : le bouleau a cette année ce que l'on appelle une année d'engraissement et forme donc un nombre particulièrement élevé de chatons. « Les bouleaux suivent un rythme bisannuel. Comme la quantité de pollen était plutôt faible l'année dernière, il faut s'attendre à des concentrations plus importantes cette année », explique Regula Gehrig. Le pollen de frêne est également déjà présent dans l'air. Mais le déroulement effectif de la saison pollinique dépend toujours aussi de la météo.

### Il est pratiquement impossible de l'éviter

Le pollen de bouleau est particulièrement agressif pour les personnes allergiques: d'une part, il contient des allergènes très puissants. « Il suffit de 70 grains de pollen de bouleau par mètre cube d'air pour déclencher des symptômes allergiques comme les yeux irrités, des éternuements ou le rhume », explique Roxane Guillod, coresponsable des services spécialisés de aha! Centre d'Allergie Suisse. D'autre part, le pollen de bouleau est très petit et pénètre ainsi profondément dans nos voies respiratoires. Roxane Guillod ajoute: « En raison de leur petite taille, ils peuvent en outre parcourir des kilomètres avec le vent - et provoquer des symptômes même là où il n'y a pas vraiment de bouleau ». Les personnes allergiques ne doivent donc pas s'étonner d'éternuer et de se moucher même lors de leurs excursions en montagne, où les bouleaux ne fleurissent pas encore.

### Le rhume des foins, une maladie répandue

En Suisse, environ 20 pour cent de la population est touchée par une allergie au pollen. Le rhume des foins est donc la maladie allergique la plus fréquente dans notre pays. Dans le cadre de la Journée nationale de l'allergie 2024, aha! Centre d'Allergie Suisse a lancé une [nouvelle campagne sur le pollen](#): « Tes sentiments printaniers ? Ça pourrait aller mieux ! ». Car les crises d'éternuement, les yeux irrités et le nez qui coule ne sont pas une fatalité! Sur le site de la campagne, les personnes concernées trouveront toutes les informations sur l'allergie au pollen, des conseils pratiques pour le quotidien et des offres utiles.

Pour éviter autant que possible le pollen, les personnes allergiques devraient surveiller les concentrations polliniques: « Sur le site [pollenetallergie.ch](#) et dans l'application gratuite « [Pollen-News](#) », il est possible de suivre en temps réel la quantité de pollen qui vole dans telle ou telle région », conseille Roxane Guillod, experte en pollen auprès de aha! Centre d'Allergie Suisse. Ceux qui ont déjà fait le point sur leur allergie au pollen devraient commencer dès maintenant à prendre les médicaments prescrits, généralement des antihistaminiques. En cas de suspicion de rhume des foins, celui-ci doit être examiné par le médecin de famille ou l'allergologue.

### Contact:

Barbara Peter

Communication et médias  
aha! Centre d'Allergie Suisse  
Scheibenstrasse 20  
3014 Bern  
+41 31 359 90 45  
barbara.peter@aha.ch  
www.aha.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000124/100917507> abgerufen werden.