



18.03.2026 - 16:59 Uhr

## **La floraison du bouleau commence. Le rhume des foins s'intensifie nettement.**

**La floraison du bouleau a commencé en Suisse. On observe actuellement des bouleaux particulièrement fleuris dans de nombreuses régions. La saison du rhume des foins s'intensifie désormais nettement. aha! Centre d'allergie Suisse conseille aux personnes concernées de se protéger dès maintenant.**

### **Concentrations élevées par temps chaud**

Lorsque les températures atteignent environ 12 à 15 degrés Celsius, le bouleau libère son pollen fortement allergène. « Si les jours et les semaines à venir sont ensoleillés et chauds, il faut s'attendre à une forte concentration de pollen de bouleau dans toute la Suisse », déclare Roxane Guillod, responsable des services spécialisés chez aha! Centre d'Allergie Suisse.

### **Des indices laissant présager une concentration plus élevée cette année**

De plus, la concentration pourrait être particulièrement élevée cette année. On observe actuellement dans de nombreux endroits des bouleaux particulièrement fleuris. Le Dr Benoît Crouzy, responsable de SwissPollen chez MétéoSuisse, explique : « Ces dernières années, l'évolution a varié selon les régions. Un cycle bien marqué de deux ans ne s'est pas clairement confirmé ces derniers temps. Ainsi, la concentration était particulièrement élevée l'année dernière dans l'ouest du Plateau. » Le début de la floraison au nord des Alpes se situe certes cette année dans la moyenne à long terme. « Sur plusieurs décennies, on observe toutefois en Suisse une tendance à des saisons polliniques plus précoces et parfois plus intenses », explique M. Crouzy. Une fiche d'information de la SCNAT<sup>[1]</sup> confirme cette évolution : les saisons polliniques ont tendance à commencer plus tôt, et la concentration de pollen d'arbres a augmenté au cours des 30 dernières années. Le pollen de frêne est également déjà présent dans l'air. L'intensité réelle de la saison pollinique dépend toutefois fortement de l'évolution future des conditions météorologiques.

### **Le pollen de bouleau est particulièrement gênant**

Le pollen de bouleau fait partie des principaux déclencheurs du rhume des foins. « Dès environ 70 grains de pollen de bouleau par mètre cube d'air, des symptômes allergiques tels que démangeaisons oculaires, envie d'éternuer ou rhume peuvent apparaître », explique Roxane Guillod. Le pollen de bouleau étant très fin, il peut pénétrer profondément dans les voies respiratoires. De plus, elles sont transportées par le vent sur de longues distances. « C'est pourquoi des symptômes peuvent apparaître même dans des régions où les bouleaux ne sont pas en fleur », explique Mme Guillod.

### **Ce que les personnes concernées peuvent faire dès maintenant**

Environ 20 % de la population suisse est touchée par une allergie au pollen. Le rhume des foins compte ainsi parmi les maladies allergiques les plus courantes du pays. Les personnes allergiques devraient suivre attentivement la concentration actuelle de pollen : le site web [pollenundallergie.ch](https://pollenundallergie.ch) et l'application gratuite « Pollen-News » permettent de voir en temps réel l'intensité de la concentration dans chaque région.

Les personnes qui savent déjà qu'elles réagissent au pollen devraient commencer dès maintenant le traitement recommandé. En cas de symptômes persistants ou sévères, il est judicieux de consulter un médecin. Pour toute question concernant les symptômes ou les mesures à prendre au quotidien, la ligne d'assistance gratuite ahalinfoline est à votre disposition : 031 359 90 50 ou sur [aha.ch/infoline](https://aha.ch/infoline).

[1] <https://swiss-academies.ch/publications/pollenallergie-auswirkungen-eines-sich-wandelnden-klimas>

[www.aha.ch](http://www.aha.ch)

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000124/100939037> abgerufen werden.