



27.04.2022 – 12:14 Uhr

Medienmitteilung: Blühende Gräser starten die Pollen-Hochsaison

Liebe Medienschaffende

In diesen sonnigen 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

Petra Kollbrunner

Kommunikation und Medien

aha! Allergiezentrum Schweiz

Blühende Gräser starten die Pollen-Hochsaison

Pollenallergikerinnen und -allergiker aufgepasst: Die Sonne kehrt zurück und bringt in den nächsten Tagen im Flachland die Gräser zu blühen. Ihre Pollen sind die Hauptauslöser von Heuschnupfen; 70 Prozent der Betroffenen reagieren auf sie. aha! Allergiezentrum Schweiz rät darum: sich per Pollenprognose informieren und frühzeitig Medikamente gegen Heuschnupfen nehmen.

Nicht etwa die bunten Blüten von Blumen und Sträuchern lassen uns niesen und schnäuzen. Es sind die Pollen der unauffälligen Gräser-Blütenstände, die jetzt Heuschnupfenbeschwerden verursachen. Die Gräser beginnen, da jetzt die nächsten zwei Tage die Sonne zurückkehrt, leicht früher als üblich zu blühen. «An schönen und warmen Tagen sind nun überall im Schweizer Flachland Gräserpollen in zunehmenden Konzentrationen in der Luft», erläutert Regula Gehrig, Biometeorologin bei MeteoSchweiz. Die Gräser folgen praktisch ohne Pause auf die Birke, die eine sehr starke Pollensaison hat. Auch die Hasel hatte einen starken Auftritt: Sie blühte im Januar an viele Stellen früher als sonst und die Belastungen waren in vielen Gebieten stärker als üblich. Die Erlenpollen erreichten an einigen Tagen im Februar sehr hohe Belastungen, während die Esche keine ausgeprägt starke Saison zeigte.

Für Pollenallergikerinnen und -allergiker in der Schweiz fängt also die nächste Leidenszeit an – und das betrifft viele: «70 Prozent der Personen mit Heuschnupfen reagieren auf Gräser. Das ist rund jede siebte Person in der Schweiz», sagt Roxane Guillod, stellvertretende Leiterin Fachdienstleistungen von aha! Allergiezentrum Schweiz. Die Betroffenen müssen tapfer sein, denn Gräsersaison dauert bis in den Spätsommer und hat ihren Höhepunkt Mitte Mai bis Juni.

Fahrtüchtigkeit eingeschränkt

Eine Pollenallergie sollte unbedingt ärztlich abgeklärt und behandelt werden. «Ohne Therapie kann sich sonst ein Asthma entwickeln», erklärt Roxane Guillod. Eine unbehandelte Pollenallergie kann gefährlich werden – etwa, wenn Betroffene Auto fahren. «Studien zeigen, dass Heuschnupfenbeschwerden wie verstopfte Nase, ständiges Niesen und tränende Augen die Aufmerksamkeit verringern, gerade auch beim Autofahren», sagt Guillod. Ihr Empfehlung: Mit einer medikamentösen Therapie kann die Fahrtüchtigkeit verbessert werden. «Meist reichen Antihistaminika allenfalls in Kombination mit Nasenspray mit Kortison aus», so Guillod. Ebenfalls hilfreich: Fenster während der Autofahrt geschlossen halten und öfters mal das Auto auch Innen gut reinigen.

Weitere Tipps

Und wann sollten die Allergiemedikamente eingenommen werden? Expertin Guillod: «Am besten wirken Antihistaminika, wenn man sie einnimmt, kurz bevor man den Pollen ausgesetzt ist.» Darum unbedingt Pollenprognosen beobachten – etwa mit der Pollen-News App inklusive persönlichem Pollen-Push. Weitere Tipps: draussen eine Sonnenbrille tragen, nur kurz stosslüften, vor dem Schlafengehen die Haare waschen, Kleidung nicht im Schlafzimmer ausziehen und deponieren sowie die Wäsche nicht im Freien trocknen lassen.

Kontakt:

Petra Kollbrunner

Kommunikation und Medien

aha! Allergiezentrum Schweiz

Scheibenstrasse 20

3014 Bern

Tel. +41 31 359 90 46

petra.kollbrunner@aha.ch

www.aha.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000124/100888406> abgerufen werden.