

## Alerte pollens



Alerte pollens

Alors que beaucoup de Français feront le pont de l'Ascension cette semaine avec une circulation annoncée en noir sur les routes par bison fûtée, sur le plan des pollens, les graminées ne font pas le pont et resteront bien présents dans l'air pour gêner les allergiques sur tout le pays.

### **Le Réseau National de Surveillance Aérobiologique (R.N.S.A.) rappelle quelques conseils**

Les concentrations de pollens sont fortes et sont en augmentation. Les belles conditions météorologiques annoncées pour les jours à venir favoriseront la dispersion des pollens de graminées dans l'air et maintiendront le risque d'allergie à un niveau élevé sur toute la France.

Les pollens de chênes arrivent en fin de floraison et sont en diminution partout avec un risque de niveau faible à localement moyen. Les pinacées (pin, sapin, épicéa) poursuivent leur floraison. Leurs pollens non allergisants peuvent jaunir les surfaces extérieures (voitures, trottoirs, balcons...).

Les tilleuls commencent à disperser leurs pollens provoquant des symptômes à leur proximité.

Seules les rares averses de pluie orageuses pourront faire baisser, localement et temporairement, les concentrations de pollens et apporter un peu de répit aux allergiques.

Quelques conseils pratiques pour les allergiques : suivez vos traitements et consultez votre médecin en cas de symptômes, consultez régulièrement la carte de vigilance des pollens sur le site internet, rincez vos cheveux le soir, aérez au moins 10 min par jour avant le lever et après le coucher du soleil, évitez de faire sécher le linge à l'extérieur, gardez les vitres des voitures fermées pour éviter que les pollens ne rentrent dans l'habitacle, évitez les activités sportives à l'extérieur qui entraînent une surexposition aux pollens. Attention aussi à la pollution atmosphérique qui pourra exacerber les allergies aux pollens dans certaines grandes villes.