

08.05. 2018

Jetzt blühen die Gräser: Vielerorts ist schon mit hohen Belastungswerten zu rechnen

Von PPS



Bild Rechte

pixabay

Fliehen kaum möglich: Jetzt blühen die Gräser

(Bern)(PPS) **Mit dem schönen Wetter fliegen nun die Gräserpollen los. Sieben von zehn Pollenallergikerinnen und -allergiker reagieren auf sie - mit Schnupfen, tränenden Augen, juckendem Gaumen. Vielerorts ist schon mit hohen Belastungswerten zu rechnen. Daher empfiehlt aha! Allergiezentrum Schweiz: Sonnenbrille auf die Nase und Antihistaminika in Griffnähe.**

Aufgrund des sonnigen und warmen Wetters blühen nun überall im Flachland die Gräser – ein paar Tage früher als das jährliche Mittel. «Die Gräser haben sich aufgrund der hohen Temperaturen im April schnell entwickelt. Im Mittelland wurden bereits Ende April mässige Belastungen gemessen, im Tessin noch früher», erklärt Regula Gehrig, Biometeorologin von MeteoSchweiz. Vielerorts in der Schweiz werden ab jetzt bei gutem Wetter hohe Konzentrationen von Gräserpollen erwartet. «Einzig in den Bergen ist man jetzt noch sicher vor blühenden Gräsern. Doch man muss mit

Birkenpollen rechnen, die dieses Jahr für starke Belastungen gesorgt haben», so Gehrig. Für Heuschnupfengeplagte dauert die leidige Zeit an, denn: «70 Prozent der Pollenallergikerinnen und -allergiker reagieren auf Gräserpollen», sagt Karin Stalder, Expertin von aha! Allergiezentrum Schweiz.

Sie sind überall

Warum sind Gräserpollen so mühsam? Hauptauslöser des Heuschnupfens sind Süssgräser – und davon gibt es viele; in der Schweiz wachsen rund 220 verschiedene Arten. «Vor allem die hochwachsenden Gräser der Futterwiesen, wie etwa das Wiesen-Lieschgras und das Gemeine Knäuelgras, sorgen für allergische Reaktionen. Aber auch Getreidearten wie Mais oder Roggen», so Karin Stalder. Da Gräser Windblütler sind, geben sie riesige Mengen an Pollen ab – ein einziger Grashalm über vier Millionen Pollenkörner. Zudem gedeihen Gräser fast an allen Orten: in Wiesen, Weiden, an Wegrändern oder Waldlichtungen, vom Flachland bis in die Berge. «Gräserpollen zu entkommen ist fast unmöglich», fasst Allergie-Expertin Stalder zusammen. Klimaveränderungen verstärken das Leiden der Heuschnupfengeplagten zusätzlich. Karin Stalder: «Die Gräser stehen heute rund zehn Tage früher in Blüte und blühen länger in den Herbst hinein als noch vor dreissig Jahren.»

Hilfreiche Vorsichtsmassnahmen

Die aktuelle Pollenlage beobachten, ist daher das A und O für Pollenallergikerinnen und -allergiker. Mit der App «Pollen-News» von aha! Allergiezentrum Schweiz weiss man sofort, wo wie viele Pollen fliegen und man kann rechtzeitig seine Medikamente einnehmen. Denn es ist wichtig, die Symptome zu behandeln, da sich sonst ein allergisches Asthma entwickeln kann. Bei einer Pollenallergie reichen als Therapie meistens Antihistaminika, allenfalls in Kombination mit Kortisonpräparaten, aus. Einzige erfolgreiche Behandlung der Ursache ist die Desensibilisierung, bei der der Körper langsam an das Allergen gewöhnt wird. Bei Verdacht auf Heuschnupfen sollte man gemäss Stalder auf alle Fälle einen Arzt, eine Ärztin aufsuchen.

Tipps bei Heuschnupfen:

- nur kurzes Stosslüften
- vor dem Schlafengehen die Haare waschen

- die Wäsche nicht im Freien trocknen lassen
- bei schönem, windigem Wetter nur kurz an die frische Luft
- immer eine Sonnenbrille tragen
- sportliche Aktivitäten nach drinnen verlegen

aha! Allergiezentrum Schweiz hilft

- Persönliche Beratung über aha!infoline: Montag bis Freitag, 08.30–12.00 Uhr.
- Aktuelle Pollenbelastung auf www.pollenundallergie.ch und mit der App «Pollen-News» (im iTunes Appstore und auf Google Play)
- Kostenloses Booklet «Pollen-Ratgeber»

Pressekontakt:

aha! Allergiezentrum Schweiz
Bettina Jakob
Leiterin Kommunikation und Medien
Scheibenstrasse 20
3014 Bern

+41 31 359 90 45
bettina.jakob @ aha.ch
aha.ch

Kategorie

Medizin & Gesundheit

Source URL: <https://www.presseportal-schweiz.ch/pressemeldungen/jetzt-bluehen-die-graeser-vielerorts-ist-schon-hohen-belastungswerten-zu-rechnen>