

le pollen

qu'est-ce que c'est ?

- c'est la partie mâle des fleurs
- sa petite taille ne permet pas de le voir à l'œil nu
- il peut être allergisant

agent provocateur ?

Pour provoquer une allergie, le pollen doit :

- avoir un potentiel allergisant
- être suffisamment petit
- être transporté par le vent
- être présent en quantité significative dans l'air
- être respiré par une personne sensibilisée

que peut-il provoquer ?

- rhinites (rhume des foins, nez qui coule, éternuements...)
- yeux rouges qui démangent
- gênes respiratoires, toux
- crises d'asthme (respiration difficile et siffante)

s'informer !

Ces affections peuvent être plus importantes en cas de pollution atmosphérique
Pour connaître la qualité de l'air en direct :

www.airpl.org

quelques conseils

consultez

votre médecin traitant ou allergologue pour la mise en place d'un **traitement adapté**

réalisez

un **bilan chez un allergologue**

en dehors de la saison, pour déterminer à quel pollen vous êtes sensible

commencez

les traitements anti-allergiques **dès le début** de la pollinisation et suivez les scrupuleusement

évit

les **activités physiques intenses** à l'extérieur pendant la pollinisation de la plante à laquelle vous êtes allergique

évit

de **fumer**

renseignez-vous

sur le pouvoir allergisant d'une plante **avant son achat**

Pour plus d'informations :

www.alertepollens.org

alertepollens@airpl.org

APSF
Association des
pollinisateurs
de France

air | pays de
la Loire
www.airpl.org

ars
Association
Régionale
de Santé

LAVAJ
LA VILLE

ALERTE

POLLENS !

Laval et sa région

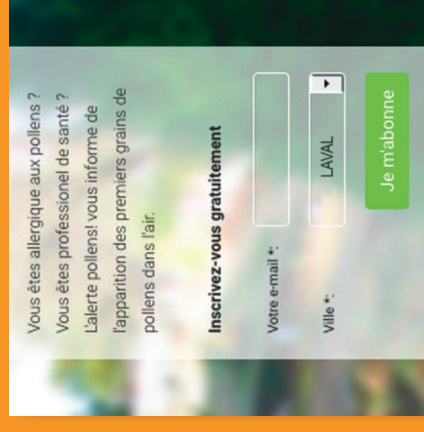


pollinarium
sentinelle®

pour recevoir l'alerte pollens

1 > allez sur www.alertepollens.org

2 > abonnez-vous...



3 > et recevez !



le Pollinarium sentinelle monte la garde

un jardin pour anticiper le traitement des allergies aux pollens

Le Pollinarium sentinelle® est un jardin, situé à La Perrine à Laval, où sont plantées les principales espèces de plantes (plantain, armoise, graminées...), arbustes et arbres sauvages (bouleau, cyprès, noisetier...) de la région dont le pollen est allergisant.

L'objectif est de les observer quotidiennement afin de détecter le début de l'émission de pollen de chaque espèce. Cette information est transmise par mail aux personnes allergiques inscrites pour qu'elles puissent commencer leur traitement avant l'apparition des premiers symptômes.

Puis lorsqu'une espèce n'émet plus de pollen, l'information est à nouveau transmise et les personnes allergiques peuvent arrêter leur traitement.

comment ça marche?

1

Les plantes viennent d'une zone de 20 km autour de Laval et sont placées dans les mêmes conditions que dans la nature.



2

Chaque jour des jardiniers observent les plantes.



3

Quand le premier plant d'une espèce commence à émettre du pollen, l'information est notée.



4

Elle est aussitôt transmise par mail aux personnes inscrites à l'alerte pollens.



5

Elles peuvent commencer leur traitement avant l'apparition des premiers symptômes.



6

Lorsque le dernier plant d'une espèce n'émet plus de pollen, l'information est à nouveau transmise.



7

Les personnes allergiques peuvent arrêter leur traitement.

