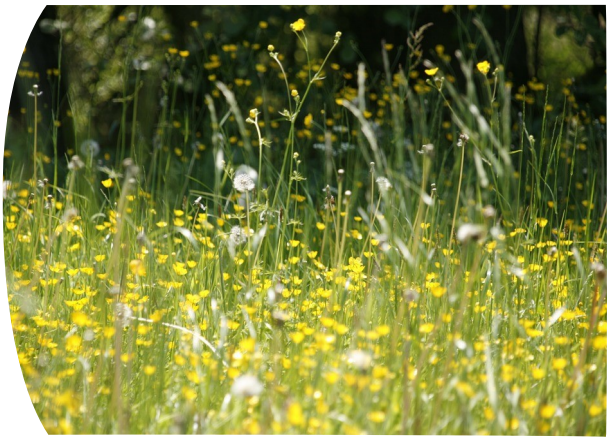
Allergiques : les pollens sont de retour !

Le nez qui coule, les yeux qui grattent, la gorge qui pique, des difficultés à respirer…

Comme chaque année, entre 10 et 20 % de la population française seront touchés par une allergie saisonnière, appelée aussi pollinoses ou « rhumes des foins », avec tous les désagréments que cela comporte.

A l'occasion de la journée française de l'allergie, le 20 mars, Atmo Nouvelle-Aquitaine vous guide pour mieux comprendre ce phénomène.



« On a tendance à associer pollens et printemps, mais les pollens s'installent progressivement dès le mois de janvier jusqu'à fin septembre", explique Nathalie Delaunay, analyste pollens pour Atmo Nouvelle-Aquitaine.

Ce sont les arbres qui ont donné le coup d'envoi de la saison pollinique *« les cyprès, les frênes, les aulnes et les noisetiers ont déjà commencé à polliniser avec les températures douces constatées au mois de janvier »* précise la spécialiste.

Enfin, le bouleau et le chêne, particulièrement allergisants, sont généralement observés sur les capteurs à partir du mois de mars.

Puis, une deuxième vague de pollens va déferler du printemps jusqu'à l'été : **celle des graminées**.
En août-septembre, ce sera à l'ambroisie de polliniser. La saison des prélèvements prend fin au mois d'octobre.

Atmo Nouvelle-Aquitaine participe au comptage des pollens

L'observatoire régional de l'air **participe à la surveillance des pollens allergisants** pilotée à l'échelle française par le Réseau National de Surveillance Aérobiologique (RNSA), en collaboration avec les collectivités et l'Agence Régionale de la Santé (ARS).

La Nouvelle-Aquitaine compte ainsi **douze capteurs** (*cf encart ci-contre*). Atmo Nouvelle-Aquitaine se charge du comptage des pollens sur les sites **d'Angoulême, La Rochelle, Limoges, Niort et Poitiers**, et transmet les données collectées au RNSA qui calcule ensuite un indice pollinique pour chaque site.

Ces mesures permettent :
- d'informer les personnes allergiques afin qu'elles puissent anticiper et ajuster leur traitement en fonction des niveaux relevés,
- d'apporter des connaissances utiles aux professionnels de santé pour affiner leurs diagnostics.

Les 12 sites de comptage des pollens en Nouvelle-Aquitaine

- Agen
- Angoulême
- Bayonne
- Bordeaux
- La Rochelle
- Limoges
- Mareuil
- Mont-de-Marsan
- Niort
- Pau
- Périgueux
- Poitiers

Connaître le risque allergique près de chez soi

En période pollinique, Atmo Nouvelle-Aquitaine relaie chaque semaine sur son site web une **« carte de vigilance pollens »** .

Cette carte permet de connaître le risque allergique d'exposition ainsi que les pollens dominants en Nouvelle-Aquitaine.

Rendez-vous sur www.atmo-nouvelleaquitaine.org rubrique « L'air de ma région /épisodes polliniques ». Un widget « mon air » est également téléchargeable.

Atmo Nouvelle-Aquitaine propose également de **recevoir gratuitement chaque semaine, par e-mail, les indices polliniques** de la région.

Conseils aux allergiques

Éviter le jardinage, la tonte de la pelouse ou les balades à la campagne les jours chauds et ensoleillés.

Fermer les fenêtres en fin de matinée jusqu'au milieu d'après-midi, moments où les pollens sont très présents dans l'air.

Se laver les cheveux chaque soir pour les débarrasser des pollens.

Eviter d'étendre et de sécher son linge dehors.

2017 : quel bilan en Nouvelle-Aquitaine pour les pollens ?

A l'échelle française, si le RNSA constate un index pollinique 2017 en baisse par rapport à 2015 et 2016. Ce n'est pas le cas en Nouvelle-Aquitaine où l'index pollinique moyen en 2017 est en hausse par rapport à 2016. Il se rapproche de celui de 2015 qui présentait les niveaux de pollens les plus forts de ces quinze dernières années.

Localement, les sites d'Angoulême, Bayonne, Bordeaux, La Rochelle, Limoges ou encore Pau confirment une tendance en **augmentation constante depuis une dizaine d'années**. Bordeaux enregistre même une différence de plus de 40 % par rapport à 2016. Cette évolution est liée essentiellement aux conditions météorologiques favorables aux pollens.

Concernant l'ambroisie, la saison pollinique a été plus longue que d'ordinaire et les allergiques ont été gênés plus longtemps. Au niveau national, si l'index pollinique annuel de l'ambroisie est en diminution par rapport à 2016, il reste toutefois supérieur à 2012 et 2014 et dans une valeur élevée par rapport aux années 2000.

Sur la Nouvelle-Aquitaine, les niveaux d'ambroisie sont relativement stables, excepté à **Mareuil (24) et Angoulême (16).** Ces deux villes localisées au centre de plusieurs territoires colonisés par cette plante invasive, enregistrent les niveaux les plus élevés de la région. Le site de Mareuil est également l'un des plus élevés de France et bat un nouveau record avec un index pollinique annuel en augmentation de 72% par rapport à 2016.

Mesure et comptage des pollens ©Atmo NA

Le « Bilan 2017 de la surveillance des pollens en Nouvelle-Aquitaine » et le « Rapport 2017 de surveillance des pollens et moisissures dans l'air ambiant *» sont disponibles sur :

www.atmo-nouvelleaquitaine.org

Le bilan national 2017 du RNSA est disponible sur :

www.pollens.fr

** Bilan 2017 réalisé par le RNSA, la fédération Atmo et l'APSF*

ZOOM SUR

Pollinariums sentinelles© : un outil pour les allergiques !

C'est quoi ? Le pollinarium sentinelles© est un **espace vert** où sont observées les principales espèces locales de végétaux dont le pollen est allergisant. Cet outil de surveillance des pollens a vu le jour grâce à l'Association des Pollinariums Sentinelles© de France (APSF). Ce dispositif vient en complément des capteurs de pollens (RNSA) implantés dans les villes.

Le principe ? Les plantes allergisantes sont observées quotidiennement par des agents des espaces verts afin de **détecter le début et la fin de leur floraison**. Les informations relevées sont ensuite validées par l'APSF puis transmises par Atmo Nouvelle-Aquitaine aux personnes allergiques inscrites à la newsletter gratuite (Alerte pollens !).

L'objectif ? permettre aux allergiques de bénéficier d'un **traitement préventif** plutôt que curatif en le commençant avant l'apparition des premiers symptômes.
Il en existe une dizaine en France dont deux en Nouvelle-Aquitaine : **Limoges (87) et Sainte-Feyre (23).**
Deux autres devraient voir le jour à Lanmary (Périgueux - 24) et La Rochelle (17).

Inscriptions gratuites à la newsletter « Alerte pollens !» sur
www.alertepollen.org

Pollinarium de Sainte-Feyre (23) ©Atmo NA

CONTACT PRESSE
Atmo Nouvelle-Aquitaine
Sylvanie Gassian
Tél. : 09.71.04.62.03
communication@atmo-na.org