

FLASH SANITAIRE

Communiqué de POLLENIZ

EDITO 

SOMMAIRE 

LE PRINTEMPS REVIENT...

POLLENS ET ALLERGENES EGALEMENT !

Dame Nature est belle lorsqu'elle se réveille
Cela ne l'empêche pas de se faire parfois rebelle
car il lui faut souvent se protéger des agressions extérieures
Chaque être vivant développe sa stratégie la meilleure
depuis la nuit des temps
Un combat de tous les instants
Epuisant parfois les forces en présence
Parfois défaite, parfois victoire
Qui peut savoir
Quand un équilibre est rompu
Quand la résilience n'est plus
L'Homme en a oublié sa naturalité
et façonne une Nature déroutée
de ses origines, malmenée, artificialisée
Elle réagit avec ses propres moyens
Le plus souvent incomprise, et
elle conduit l'Homme à s'en protéger
au lieu de s'en faire un allié



Source photo : <http://photos.linternaute.com/photo/1450844/1033876174/1131/fleurs-du-bouleau/>

AVRIL
Attention
au pollen
de bouleau

Le pollen, symbole de la fécondation du monde végétal
Si quelques-uns sont sources d'allergies pour l'Homme
Cela n'en fait pas forcément une pomme
de discorde, plutôt un élément environnemental
à prendre en compte dans notre quotidien au jardin
dans les parcs, bois et autres lieux croisés sur nos chemins
N'oublions-pas que nos arbres et arbustes hébergent en nombre
des animaux bien utiles à Dame Nature
Mais quelques fois désagréables à notre peau, parure
facilement irritée par les poils urticants de voraces et sombres
chenilles

- Propos de saison
Pollen rime avec allergène
- Calendrier des principaux
pollens allergisants
- Symptomatologie
- Quelques conseils appro-
priés
- D'une chenille à l'autre
- Actualité nationale :
Tela botanica a lancé une
campagne participative sur
l'Ambrosie trifide

ars
Agence Régionale de Santé
Pays de la Loire



POLLENIZ
RÉSEAU POUR LA SANTÉ DU VÉGÉTAL
Réseau FREDON-FGDON
Pays de la Loire

FREDON Pays de la Loire
9, avenue du Bois l'Abbé—CS 30045
49071 BEAUCOUZE CEDEX

Mail : polleniz@polleniz.fr
www.polleniz.fr

POLLENIZ est reconnue
Organisme à Vocation Sanitaire
depuis le 31 mars 2014

Pollen rime avec allergène

Nous avons l'habitude d'évoquer régulièrement l'Ambroisie à feuilles d'armoise dont les pollens sont très allergisants. Mais ce n'est pas la seule plante qui possède des pollens avec des propriétés allergènes.

Les personnes sujettes aux allergies polliniques le savent bien. Aussi, en cette période printanière où de nombreuses espèces végétales fleurissent, il est normal d'aborder cette problématique de santé publique.

Qu'est ce que l'allergie pollinique ?

« L'allergie pollinique (rhume des foins, allergie au pollen, rhinite allergique, rhinite saisonnière), dont la prédisposition est souvent héréditaire, est une réaction à un ou plusieurs types de pollens. Il s'agit d'une réaction du système immunitaire aux protéines en soi inoffensives des pollens. L'inspiration ou le contact direct avec le pollen entraîne chez l'allergique une libération

d'histamine, qui mène à une inflammation de la conjonctive des yeux et de la muqueuse nasale. »

Les trois groupes principaux de végétaux pouvant déclencher une allergie pollinique sont les arbres, les graminées et d'autres plantes non ligneuses. Les tableaux ci-dessous présentent le calendrier des principaux pollens allergisants pour les arbres et les herbacées (non exhaustif).

Le pouvoir allergisant est mesuré sur une échelle de 0 (= nul) à 5 (= très fort).



Fleur d'ambroisie à feuilles d'armoise et pollen—
Source photo : <http://www.signalement-ambroisie.fr/>

Calendrier des principaux pollens allergisants

Arbre													
	Pouvoir allergisant	Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
Aulne	4		x	x	x								
Bouleau	5				x	x							
Charme	4				x	x							
Châtaignier	2				x	x							
Chêne	4				x	x							
Cyprès	5				x	x							
Frêne	3				x								
Noisetier	3	x	x	x									
Olivier	3					x	x						
Peuplier	3		x	x	x								
Platane	3			x	x	x							
Saule	3				x	x							
Tilleul	3						x	x					

Herbacées													
	Pouvoir allergisant	Jan	Fév	Mars	Avr	Mai	Juin	Juil	Août	Sept	Oct	Nov	Déc
Ambroisie	5								x	x			
Armoise	4							x	x	x	x		
Chénopodes	3							x	x	x			
Graminées	5				x	x	x	x	x				
Pariétaire	4	x	x	x	x	x	x	x	x	x			
Plantain	3				x	x	x	x	x	x			
Urticacées	3					x	x	x	x				

Symptomatologie

Symptômes d'une allergie pollinique

« Les personnes allergiques ressentent les troubles suivants : crises d'éternuement, écoulement nasal (rhinite), nez bouché, respiration nasale difficile, yeux rougis, irrités et larmoyants (conjonctivite), démangeaisons au niveau du palais, du nez et des oreilles, enrrouement, toux irritative. Le mucus accumulé dans les sinus paranasaux peut induire une sensation de pression dans les sinus, ainsi que des douleurs dans la mâchoire et des maux de tête. Une allergie pollinique non traitée pendant une plus longue période peut se développer en asthme allergique : c'est le changement d'étage. »

« Ce terme est utilisé lorsque les réactions allergiques passent des voies respiratoires supérieures (nez, pharynx) aux voies respiratoires inférieures (bronches, poumons).

Le rhume allergique devient un asthme bronchique. La moitié environ des personnes souffrant d'une allergie pollinique finit à un moment donné par souffrir d'asthme. Une désensibilisation est alors recommandée.

Diagnostic et diagnostic différentiel

L'allergie au pollen apparaît rarement avant l'âge de trois ans, les troubles débutant généralement à l'âge scolaire ou plus tard. Le diagnostic est posé à l'aide d'une anamnèse détaillée, d'un test cutané et d'une analyse sanguine. Des symptômes semblables peuvent apparaître en cas d'allergie aux acariens de la poussière domestique ou aux moisissures. Les différences se situent surtout au niveau de l'endroit et du moment d'apparition des troubles. Bien observer les troubles est donc très important.



Dès que vous soupçonnez, pour vous ou votre enfant, une allergie pollinique ou autre, contactez votre médecin traitant ou un allergologue.

Quelques conseils appropriés

Pour réduire les troubles pendant la saison pollinique :

- Aérer brièvement ; aérer à fond uniquement pendant les périodes pluvieuses.
- Nettoyer régulièrement les tapis et les meubles.
- Installer un filtre à pollen dans la voiture et bien l'entretenir.
- Des grilles ou des toiles de protection anti-pollen peuvent également être utilisées, par exemple dans la chambre à coucher.
- Se laver les cheveux le soir, afin de réduire la quantité de pollen «emportée» au lit qui pourrait perturber le sommeil.
- Ne pas se déshabiller dans la chambre à coucher.
- Ne pas sécher le linge à l'extérieur.
- Se rincer le nez matin et soir avec un spray d'eau de mer ou une solution d'eau salée.
- Porter un filtre anti-pollen pour le nez.
- Par beau temps venteux, lorsque la concentration de pollens est plus élevée, il est conseillé de limiter les séjours à l'air libre et de mettre des lunettes de soleil.
- Adapter les activités en plein air à la saison pollinique: pratiquer des sports intérieurs. Tout type de sport d'intérieur convient.
- Tenir compte des vols de pollens actuels lors du choix de la destination des vacances.
- Renoncer aux aliments crus non tolérés en cas de réactions croisées au pollen.
- Eviter la fumée de tabac, car l'irritation continue des voies respiratoires par la fumée augmente la sensibilité des muqueuses au pollen.
- Eviter de planter des arbres et des plantes herbacées ayant des pollens fortement allergisants.
- Soyez vigilants vis-à-vis d'espèces exotiques ornementales qui deviennent invasives et possèdent des pollens allergisants, par exemple le Sénéçon en arbre (*Baccharis halimifolia*), le Murier de Chine (*Broussonetia papyrifera*).

Vous voulez en savoir plus ou vous êtes sujet-te à l'allergie pollinique !

↳ Consultez le site du Réseau National de Surveillance Aérobiologique (RNSA) en cliquant sur le lien : <https://www.pollens.fr>

↳ Pour recevoir chaque semaine par e-mail les prévisions du risque allergique des départements de votre choix, cliquez sur le lien :

<https://www.pollens.fr/bulletin-alerte/bulletin-alerte>

D'une chenille à l'autre !

Le printemps s'est donné quelques longueurs d'avance, les végétaux débourent 2 à 3 semaines plus tôt que la normale. L'hiver doux explique cela. Les insectes vont aussi en profiter. La vigilance s'imposera quand vous côtoierez arbres et arbustes susceptibles d'être envahis par des chenilles défoliatrices urticantes.

Processionnaire du pin

Les processions de chenilles destinées à la nymphose dans le sol ne sont pas terminées. Des observations régulières sont encore faites et devraient se poursuivre courant avril. Soyez prudents lors de vos sorties extérieures.

Pour plus d'informations : [cliquez ICI](#).

Processionnaire du chêne

La chenille processionnaire du chêne possède les poils microscopiques les plus urticants parmi ses congénères présents dans notre région. Il est trop tôt pour distinguer les premières attaques dans les chênes. Deux situations au minimum sont à envisager :

- Sites nécessitant des interventions sur des chênes ayant déjà été colonisés : prendre toute précaution utile (EPI) dans les semaines à venir ;
- Promeneurs amoureux des bois et des forêts avec des chênes : prudence pendant la saison printanière ; ne pas grimper aux arbres ni toucher à d'anciens nids (les micro-poils peuvent rester urticants plusieurs années).

Bombyx cul brun

Cet hiver, vous avez remarqué dans de nombreuses haies des petits cocons blancs situés aux extrémités des branches. Ils hébergent les chenilles du Bombyx cul brun. Celles-ci commencent tout juste à reprendre leur cycle de développement, ingérant les jeunes feuilles des végétaux colonisés. Elles viennent d'être observées dans les haies bocagères du polder de Triaize (Sud Vendée).

Quelques conseils :

- ◆ Sur les haies, il n'est pas nécessaire d'intervenir.
- ◆ Si vous avez des fruitiers colonisés, supprimer les cocons mécaniquement en vous protégeant (Gants, lunettes de protection, masque respiratoire, etc.). Si les chenilles ont commencé à consommer des feuilles, envisager un traitement biologique. Demander conseil auprès de votre vendeur en jardinerie ou adressez-vous à votre antenne départementale POLLENIZ.

Sources d'information du dossier

- Réseau Polleniz (FREDON-FDGDON Pays de la Loire)
- <https://www.pollens.fr/le-reseau/les-pollens>
- <https://www.pollenundallergie.ch>



Actualité nationale



Tela Botanica a lancé une campagne participative sur l'Ambrosie trifide

« En partenariat avec l'Anses et l'Observatoire des Ambrosies, l'association Tela Botanica a lancé une nouvelle *Mission Flore* ciblant l'Ambrosie trifide (*Ambrosia trifida*), plante exotique envahissante annuelle dont le pollen, tout comme celui de l'Ambrosie à feuilles d'armoise (*Ambrosia artemisiifolia*), est fortement allergisant. Se développant souvent dans les champs cultivés, elle peut également entraîner une perte de rendement agricole. Si les plantes sont visibles dès le mois d'avril, la plante est plus facilement détectable de juillet à l'automne.

Ambrosia trifida
© Observatoire des ambrosies



Afin de transmettre les données d'observation de l'espèce, un outil de saisie simple est disponible en ligne. Ces informations permettront de mieux connaître les populations d'Ambrosie afin de mieux les contrôler. »

Plus d'informations sur [le site de Tela botanica](#).

Vos correspondants



POLLENIZ 44 : 02 40 36 83 03
Contact : Vincent Brochard
polleniz44@polleniz.fr

POLLENIZ 49 : 02 41 37 12 48
Contact : Antonin Frémy
fdgdon49@orange.fr

POLLENIZ 53 : 02 43 56 12 40
Contact : Francine Gastinel
polleniz53@polleniz.fr

POLLENIZ 72 : 02 43 85 28 65
Contact : Bruno Legay
polleniz72@polleniz.fr

POLLENIZ 85 : 02 51 47 70 61
Contact : Nicolas Tesson
polleniz85@polleniz.fr

Rédaction : POLLENIZ - 02 41 48 75 70

Rédacteur en chef : Gérald GUEDON

Contributeurs : l'équipe technique du réseau POLLENIZ et les observateurs