

Stiftung Deutscher Polleninformationsdienst

www.pollenstiftung.de || Tel: +49 30 549 090600 || Facebook @pollenstiftung || Twitter @pollenstiftung || Instagram @pollenstiftung

Wochenpollenvorhersage Eberhard

Birkenpollendominanz geht zurück – weitere Baumarten starten beim Pollenflug durch.

Deutscher Name	Wissenschaftlicher Name	Tendenz für die nächsten 7 Tage
Eiche	<i>Quercus</i>	↗
Fichte	<i>Picea</i>	↗
Platane	<i>Platanus</i>	↗
Roskastanie	<i>Aesculus</i>	↗
Rotbuche	<i>Fagus</i>	↗
Weide	<i>Salix</i>	→
Zypressengewächse	<i>Cupressaceae</i>	→
Birke	<i>Betula</i>	↘
Esche	<i>Fraxinus</i>	↘
Pappel	<i>Populus</i>	↘

In den zurückliegenden Tagen erreichte uns eine extrem warme Luftmasse, die zum Wochenende und teils darüber hinaus Temperaturrekorde en masse lieferte. Dazu schien, wenn auch durch Saharastaub verschleiert, vielfach die Sonne, bei überschaubaren Regenereignissen. Kurzum, es herrschten tagelang glänzende Pollenflugbedingungen, die den hochfliegenden Plänen der Baumpollen, allen voran der Birke, zupasskamen. Viele Messstationen meldeten für die Birke gerade zum Wochenende sehr hohe saisonale Spitzenwerte mit der teils 50 bis 100-fachen Überschreitung der Warnschwelle zur hohen Belastung, vor allem von der Landesmitte bis in den Norden Deutschlands. Dazwischen mogelten sich Eschenpollen in verbreitet mittlerer, ab Landesmitte nordwärts, auch gebietsweise hoher Belastung. Durch die große Wärme angetrieben, begann in den milderen Tieflandregionen des Westens, Südwestens bis hinüber in die nördliche Landesmitte der Eichen-, Platanen- und Buchenpollenflug nahezu gleichzeitig. Örtlich hatten es die Bäume so eilig, dass es nur zwei, drei Tage dauerte, bis sich aus den ersten Pollen der Saison hohe Pollenkonzentrationen entwickelten, so geschehen z.B. für die Eiche und die Platane in Berlin. Weitere Baumpollen in der Luft stammten u.a. von Ahorn, Fichte, Hainbuche, Maulbeere, Pappel, Weide oder Zypressengewächsen, die mal weiter oben, mal weit abgeschlagen im Pollenranking agierten. Nicht unerwähnt bleiben sollen Gräserpollen, die in einigen ländlichen Regionen schon erstaunlich beständig flogen, wenn auch in sehr niedriger Konzentration. Die Sporen der Schimmelpilze waren generell wenig aktiv, nur die Pleospora wurden bei Regen zwischenzeitlich aus ihrer Inaktivität gerissen.

In den nächsten Tagen erfasst ein weiterer Vorstoß milder Luft von Freitag bis Sonntag vor allem die mittleren, südlichen und östlichen Landesteile. Danach macht der Aprilsommer länger Pause und es wird öfter nass mit Schneeoptionen in den Gipfellagen und allgemeiner Bodenfrostgefahr. Damit bestehen vor allem zum Wochenende gute Pollenflugbedingungen, die anschließend eher suboptimalen Bedingungen weichen.

Die **Birken** (*Betula*) haben in den zurückliegenden warmen Tagen vielerorts den Großteil ihrer verfügbaren Mittel – sprich Pollen, eingesetzt. In weiten Landesteilen ist die Mehrheit der Bäume abgeblüht. Damit ist die Zeit der Spitzenbelastungen vorüber, die Zeit hoher Belastungen allerdings noch nicht. Von Freitag bis Sonntag kann es insbesondere aber nicht ausschließlich in der Mitte, im Südosten und Osten, sowie in den höheren Lagen der Mittelgebirge nochmals zu umfangreichem Pollenflug kommen, mit mehrfacher Überschreitung der hohen Warnschwelle. Zu Beginn der neuen Woche suppt kühle und feuchte Luft von der Nordsee ins Land. Gelegentlich und gebietsweise knapp hohe Belastungen wechseln sich dann mit schwachen bis mittleren Belastungen ab.

Die **Eschenblüte** (*Fraxinus*) lässt nach, der Pollenflug ebenso. Nur von Freitag bis Sonntag kann es nochmals zu hohen Belastungen, bevorzugt von der Landesmitte in Richtung Norden und Osten, kommen, sonst halten sich die Belastungen meist auf einem mittleren Niveau, bevor zu Wochenbeginn auch dieses immer seltener erreicht wird.

Die **Platanenpollensaison** (*Platanus*) hat begonnen. Es kommt besonders zum Wochenende zu teils hohen Platanenpollenkonzentrationen innerhalb größerer Ortschaften und Städte (Stadtbaumart), weniger in ländlichen Regionen. Danach sorgt wechselhaftes und kühles Wetter für gedämpften Pollenflug. Platanenpollen gilt im Mittelmeerraum als allergologisch bedeutsam und kann auch hierzulande Allergien auslösen. Daher sollten Betroffene, während der kurzen, aber intensiven Flugzeit dieser Pollenart, Plätze und Straßen mit Platanenanpflanzungen möglichst meiden. Auch erste Pollen der **Roskastanie** (*Aesculus*) treten in vorwiegend niedriger Zahl auf. **Rotbuchen** (*Fagus*) und **Eichen** (*Quercus*) blühen an immer mehr Orten im ganzen Land. Beide Pollenarten gehören damit besonders am Freitag und am milden Wochenende zu den häufigen Pollen in der Luft. Dabei kann vor allem die Eiche in klimatischen Gunsträumen die Birke als dominanteste Pollenart in der Luft beerben und in verbreitet hohen Konzentrationen auftreten, höhere Berglagen ausgenommen. Regional ist es auch der Buche möglich, dominant in Erscheinung zu treten. Zu Wochenbeginn bekommt der Pollenflug witterungsbedingt für mehrere Tage einen (ordentlichen) Dämpfer.

Einige **Zypressengewächse** (*Cupressaceae*) blühen. Weiterhin kann bei guten Pollenflugbedingungen schwacher bis mäßiger Pollenflug auftreten, punktuell ist auch mal mehr drin.

Pappel- (*Populus*) und **Weidenpollen** (*Salix*) sind im Pollenranking im unteren Mittelfeld vertreten. Es kann zu niedrigen, bei der Weide gebietsweise auch mittleren Pollenkonzentrationen kommen.

Der **Raps** (*Brassica*) blüht nun weit und breit auf. Es kommt zu Pollenflug, der in der Fläche gering ausfällt, im Umfeld bereits voll

erblühter Felder über längere Zeit auch ein mittleres Niveau erreichen kann. In seltenen Fällen wird von Allergiesymptomen durch Rapspollen berichtet.

Die **Fichtenblüte** (*Picea*) hat begonnen und weitet sich aus. In Fichtenwald-reichen Gegenden treten gebietsweise enorme Mengen harmloser Fichtenpollen in der Luft auf und überziehen glatte Oberflächen mit gelblichen Belägen.

Die frühlommerliche Wärme der letzten Tage hat das Wachstum von **Gräsern** (*Poaceae*) und krautigen Pflanzen wie **Ampfer** (*Rumex*) und **Wegerich** (*Plantago*) beschleunigt. Vor allem Gräserpollen können an trockenen Tagen im Umfeld naturnaher Wiesen in geringer Konzentration fliegen. Weitere Pollenarten, die momentan in kleiner, lokal auch in bedeutsamer Zahl fliegen, gehören zu Ginkgo (*Ginkgo*), Maulbeerbaum (*Morus*), Sauergräsern (*Cyperaceae*) und **Walnuss** (*Juglans*). Selten sind Pollen von **Ahorn** (*Acer*), Binsen- (*Juncaceae*) und Rosengewächsen (*Rosaceae*), Doldenblütlern (*Apiaceae*), **Hainbuche** (*Carpinus*), Löwenzahn (*Taraxacum* – *Cichorioideae*) Sanddorn (*Hippophae*), Spierstrauch (*Spirea*) und **Ulme** (*Ulmus*) in der Luft.

Der **Sporenflug** allergener Schimmelpilzsporengattungen ist unbedeutend, einzig *Pleospora* verursacht zeitweilig geringen bis mittleren Sporenflug. Die Gefahr für Allergiesymptome ist gering.

Medizinische Hinweise (Prof. Dr. med. Karl-Christian Bergmann)

Liebe Leserinnen und Leser der Wochenpollenvorhersage, Sie haben es der farbigen Schilderung der Vorhersage entnommen, dass Birkenpollenallergiker nun den Höhepunkt ihrer Beschwerdezeit erlebt haben. Die Allergie gegen Birkenpollen ist neben der Allergie gegen Gräserpollen die wichtigste Heuschnupfenform, die wir in Deutschland haben. Von vielen Betroffenen werden die Beschwerden durch Birkenpollen als deutlich stärker im Vergleich zu den Gräserpollen empfunden. Etwa die Hälfte aller Personen, die einen Heuschnupfen durch Birkenpollen haben, spüren auch stärkere Symptome des sogenannten Orale Allergie Syndroms, d.h. dem Auftreten von Juckreiz der Mundschleimhaut, Anschwellen der Zunge oder der Lippe und weiterer Symptome im Mund nach dem Essen von Kern- und Steinobst, bevorzugt nach dem Essen von Äpfeln. Diese Unverträglichkeit gegenüber Kern- und Steinobst kann das ganze Jahr bestehen, die Symptome sind aber in der Zeit, in der die Birkenpollen fliegen, bei vielen Betroffenen dann stärker vorhanden.

Selten wird darauf hingewiesen, dass beim Auftreffen von Birkenpollen auf die Haut, zum Beispiel der Unterarme oder des Hals- Nackenbereiches, auch dort ein Juckreiz und Rötungen der Haut auftreten können, die durch die Pollen selbst auf der Haut ausgelöst werden. Schließlich führen die Birkenpollen auch dazu, dass das saisonale allergische Asthma in verstärkter Form auftritt. Es äußert sich zunächst in einem trockenen Husten, der am ehesten beim Aufenthalt im Freien und verbunden mit körperlichen Aktivitäten, zum Beispiel Radfahren oder Joggen, auftritt. Dies ist dann als ein erstes Symptom eines einsetzenden, allergischen Asthmas zu werten und sollte die Betroffenen unbedingt zu einem Arzt führen. Dieser wird anhand von Anamnese, einem Hauttest und ggf. auch durch eine Blutuntersuchung feststellen können, ob eine Birkenpollenallergie vorliegt und sich in einem beginnenden Asthma äußert. Es besteht heute kein Zweifel mehr, dass in einem solchen Fall dann frühzeitig eine geringe Menge Kortison über ca. zwei Wochen inhaliert werden sollte, um die bestehende asthmatische Entzündung zu reduzieren und die Fortentwicklung des Asthmas auszuschließen.

Ich möchte die Gelegenheit nutzen, um darauf hinzuweisen, dass eine allergenspezifische Immuntherapie (AIT) gegen Birkenpollen auch dann begonnen werden kann, wenn die Birkenpollen-Saison bereits begonnen hat. Die AIT ist die einzige Behandlungsform für den Heuschnupfen und das allergische Asthma, die die Weiterentwicklung der Erkrankungen wirklich beenden kann. Bis vor etwa zehn Jahren war man der Ansicht, dass man nur vor oder nach einer Birkenpollen-Saison die Immuntherapie beginnen darf. Die AIT kann sowohl als klassische subkutane Immuntherapie oder als so genannte sublinguale Therapie (SLIT) mithilfe von Tabletten und Tropfen vom Patienten selbst zu Hause durchgeführt werden. Die SLIT weist bezüglich der Wirksamkeit die gleichen Erfolge auf wie die subkutane Immuntherapie. Darüber hinaus treten bei der SLIT keine stärkeren Nebenwirkungen auf. Sollten Sie also in diesem Jahr während der Birkenpollen-Saison erneut deutliche Symptome an Auge, Nase und gegebenenfalls sogar Bronchien haben, dann sollte dies eine starke Ermunterung sein, die Diagnostik zu Ende zu führen und eine Immuntherapie einzuleiten.

Ich wünsche Ihnen dabei viel Erfolg!
Ihr Christian Bergmann

- Die Wochenpollenvorhersage basiert auf den Messdaten der Pollenstationen im PID-Messnetz. •



Männliche Blüte der Platane (Platanus) – potenter Pollenlieferant in Städten, 09.04.2024 in Berlin © Matthias Werchan

Aktuell anstehende Veranstaltungen unter Beteiligung des PID:

13.04.2024: 🖱️ **DigiPat Spezial „Was hilft bei Pollenallergie? Asthma vermeiden!“** Online-Webinar von MeinAllergiePort
🖱️ **Kostenlose Anmeldung**

04.05.2024: 🖱️ **36. Allergie-Kolloquium „Update Allergologie“** im Herrenhaus des Forschungszentrums Borstel, Borstel (S-H), 🖱️ **Anmeldung im Programm-Flyer**

04.06./05.06.2024: 🖱️ **Woche der Umwelt 2024** in Berlin im Park von Schloss Bellevue (als Partner des VDI an dessen Stand)
🖱️ **Kostenlose Anmeldung**

Weitere Informationen rund um Pollen/Pilzsporen und Pollen-/Pilzsporenallergie:

🖱️ **Aktualisierter Rückblick** auf das mittlere Aufkommen allergologisch relevanter Pollen in Deutschland in den Jahren 2001-2023

Andere wichtige Pollenflug-Informationen basierend auf den Messdaten unserer Pollenmessstationen und in Kooperation mit dem PID:

🖱️ **Tägliche Belastungsvorhersage** für Deutschland vom Deutschen Wetterdienst (DWD)

🖱️ **Tägliche Vorhersage** der Pollenkonzentrationen für ganz Europa vom Finnischen Meteorologischen Institut (FMI)

Kostenlose Pollen-Apps mit Pollenbelastungsvorhersage in Kooperation mit dem PID, auf der Basis der Messdaten unserer Pollenmessstationen:

Pollen
🖱️ iOS & 🖱️ Android

Husteblume
🖱️ iOS & 🖱️ Android

🖱️ **JETZT SPENDEN**