

Allergiques : limitez les contacts avec les graminées

Depuis plusieurs semaines, et malgré la météo capricieuse, les graminées ont commencé à fleurir et à larguer dans l'air leurs pollens très allergisants. Pour les allergiques, cela signe le début de la saison du « rhume des foins », période qui va durer une bonne partie de l'été.

Les fleurs de graminées sont difficiles à éviter car on en trouve un peu partout :

- Les graminées cultivées (les céréales) ont un pollen souvent peu abondant ou trop lourd pour voyager loin ; on peut donc s'en protéger en restant à distance des champs cultivés.
- Les graminées ornementales utilisées en décoration dans les villes pour leur feuillage fleurissent peu.
- Les graminées sauvages, des pelouses et des prairies, sont les principales responsables du « rhume des foins ». Pour limiter leur impact, il est conseillé d'éviter que les plantes fleurissent, en tondant régulièrement les pelouses et en fauchant les prairies deux fois par an.

Les personnes allergiques éviteront si possible ces activités de jardinage !

Sources : <https://epidmeteo.fr> et Open Rome

« Pollen »

Grains mâles émis par les plantes à certains moments de l'année, qui permettent le développement de la végétation. Certains pollens sont disséminés dans l'air (plantes anémophiles), notamment par le vent.

D'autres sont disséminés par les insectes (plantes entomophiles).

La pluie réduit la dissémination aérienne des pollens.

Pour 10% à 20% de la population, les pollens causent des réactions allergiques, en général saisonnières.

Ces allergies peuvent faire croire à une infection, mais il n'en est rien : elles ne provoquent pas de fièvre, peuvent être et plus importantes à l'extérieur qu'à l'intérieur et se trouvent améliorées par la pluie ou aggravées par le vent.

Un pollen provoque une réaction allergique quand il est :

1. émis en grande quantité : c'est le cas des plantes anémophiles (graminées, ambrosies, cyprès, bouleau). Les pollens de plantes entomophiles, comme le mimosa, peuvent provoquer des réactions de voisinage.
2. de petite taille : ils resteront d'autant plus longtemps dans l'atmosphère, et pourront parcourir d'autant plus grandes distances qu'ils sont petits et légers. De ce fait, on trouvera des pollens allergisants aussi bien en ville qu'à la campagne.
3. doté d'un fort pouvoir allergisant : plus il est capable de libérer ses particules protéiques (responsables de la sensibilisation) plus il est allergisant.

Sources : <https://epidmeteo.fr>, et www.pollens.fr

Météo antibio

Risques

- Covid19 moyen
- Inf respiratoire faible
- Gastro-entérite faible
- Allergie pollens très fort

Sources : RNSA, Santé Publique France, BeHCL

Météo régionale : <https://epidmeteo.fr>



Quiz

« Miasme » ?

Cochez la ou les bonnes réponses (s'il y en a)

- insecte ressemblant à une brindille
- principale cause des épidémies
- découverte attribuée à Ramon Picador
- déclencheur de contractions musculaires.

Solution : ces 4 affirmations sont fausses ! Si vous en doutez, regardez ce qu'en dit Le Doc' du jeudi, en ligne sur <https://openrome.org/ddj/annnee/2021>

Pour s'abonner :

<https://openrome.org/abonnement/ddj>