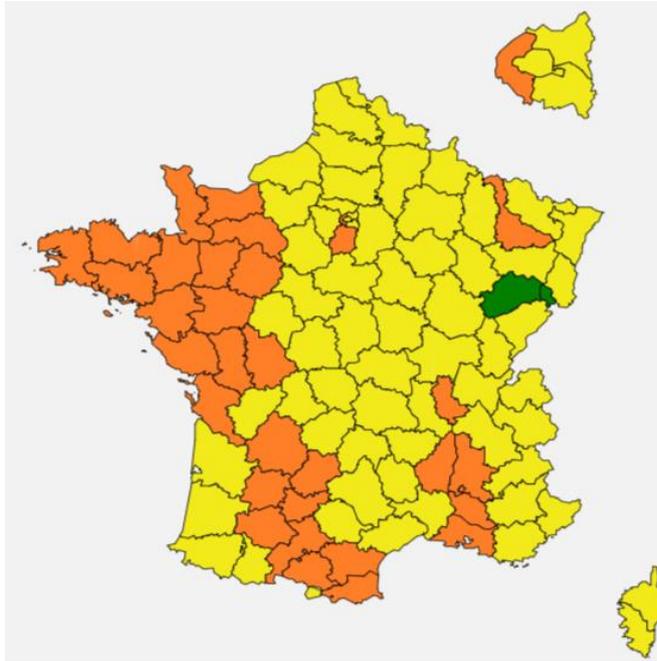


Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



LEGENDE

- Nul
- Très faible
- Faible
- Moyen
- Elevé
- Très élevé

**Commentaire national :**

**Des pollens de graminées bien déconfinés en mai !**

Alors que le calendrier du déconfinement vient d'être dévoilé dans la presse régionale, les pollens de graminées en profitent pour envahir peu à peu toutes les régions de France ! Ils seront bien déconfinés et seront même la principale gêne des allergiques entre les averses de pluie avec un risque qui sera de niveau moyen à localement élevé pour ces premiers jours du mois de mai. Les graminées comprennent de nombreuses espèces différentes et plusieurs (comme notamment la phléole, le dactyle, la fétuque, l'ivraie, le pâturin, le vulpin, le chiendent, le seigle, le blé, le maïs, l'orge, l'avoine...) déclenchent des rhumes des foins chez les personnes allergiques.

Les pollens de bouleau perdent peu à peu du terrain et arrivent en fin de pollinisation. Le risque d'allergie pourra encore être localement élevé en Bretagne, Ile de France et dans le Grand-Est mais sera faible à moyen ailleurs.

Le risque d'allergie sera faible à moyen pour les pollens de chêne et d'urticacées (pariétaires). Les pollens d'oseille et de plantain sont en augmentation mais le risque d'allergie ne dépassera pas le niveau faible. Les pollens de platane, frêne, charme, cyprès, hêtre et saule sont en diminution avec un risque d'allergie qui ne dépassera pas le niveau faible.

Depuis quelques jours, un manteau blanc végétal peut recouvrir le sol ! Et non il ne s'agit pas de neige mais de bourres de peuplier. Ces bourres sont le moyen du peuplier de disperser ses graines, elles peuvent être gênantes, avec des symptômes similaires à l'allergie, mais dus essentiellement à une réaction mécanique irritante aux filaments duveteux dispersés en grande quantité.

Dans d'autres endroits, une poudre jaune peut recouvrir les surfaces extérieures comme les voitures, les trottoirs, les balcons... Il s'agit des pollens de pinacées (pin, sapin, épicéa) qui sont actuellement en floraison mais ne sont pas vraiment allergisants !

Les concentrations de pollens seront plus faibles lors des fréquentes averses de pluie de ces prochains jours mais repartiront à la hausse dès que le soleil fera son retour.

Quelques conseils pratiques pour les allergiques : suivez vos traitements et consultez votre médecin en cas de symptômes, consultez régulièrement la carte de vigilance des pollens sur notre site internet, rincez vos cheveux le soir, aérez au moins 10 min par jour avant le lever et après le coucher du soleil, évitez de faire sécher le linge à l'extérieur, gardez les vitres des voitures fermées pour éviter que les pollens ne rentrent dans l'habitacle, évitez les activités sportives à l'extérieur qui entraînent une surexposition aux pollens.

Attention aussi à la pollution atmosphérique qui pourra exacerber les allergies aux pollens.

Samuel Monnier - RNSA

Le RAEP

Le risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP) est établi selon plusieurs critères:

- le type de pollen concerné, chaque espèce n'ayant pas le même pouvoir allergisant;
- la localisation géographique, une même espèce n'a pas le même impact sanitaire selon la zone géographique où elle est présente;
- la quantité de pollen enregistrée.

Le RAEP est ensuite pondéré en fonction des données cliniques (obtenues grâce à un réseau de médecins sentinelles), des données phénologiques (données recueillies auprès de partenaires botanistes) et des prévisions météorologiques.

Vous trouverez sur le site du Ministère des Solidarités et de la Santé les recommandations à suivre en cas de pics polliniques :

<http://social-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/air-exterieur/article/pollens-recommandations-sanitaires>

Partenaires nationaux :

Le RNSA est soutenu par le Ministère des Solidarités et de la Santé et par le Ministère de la Transition écologique et solidaire

Bulletin Phénologique

Bouleau



Frêne



Chêne



Oseille



Graminées



Plantain



Urticacées



Charme



Hêtre



Saule



Platane



**LEGENDE**

-  Pas encore en floraison
-  En floraison
-  Floraison terminée

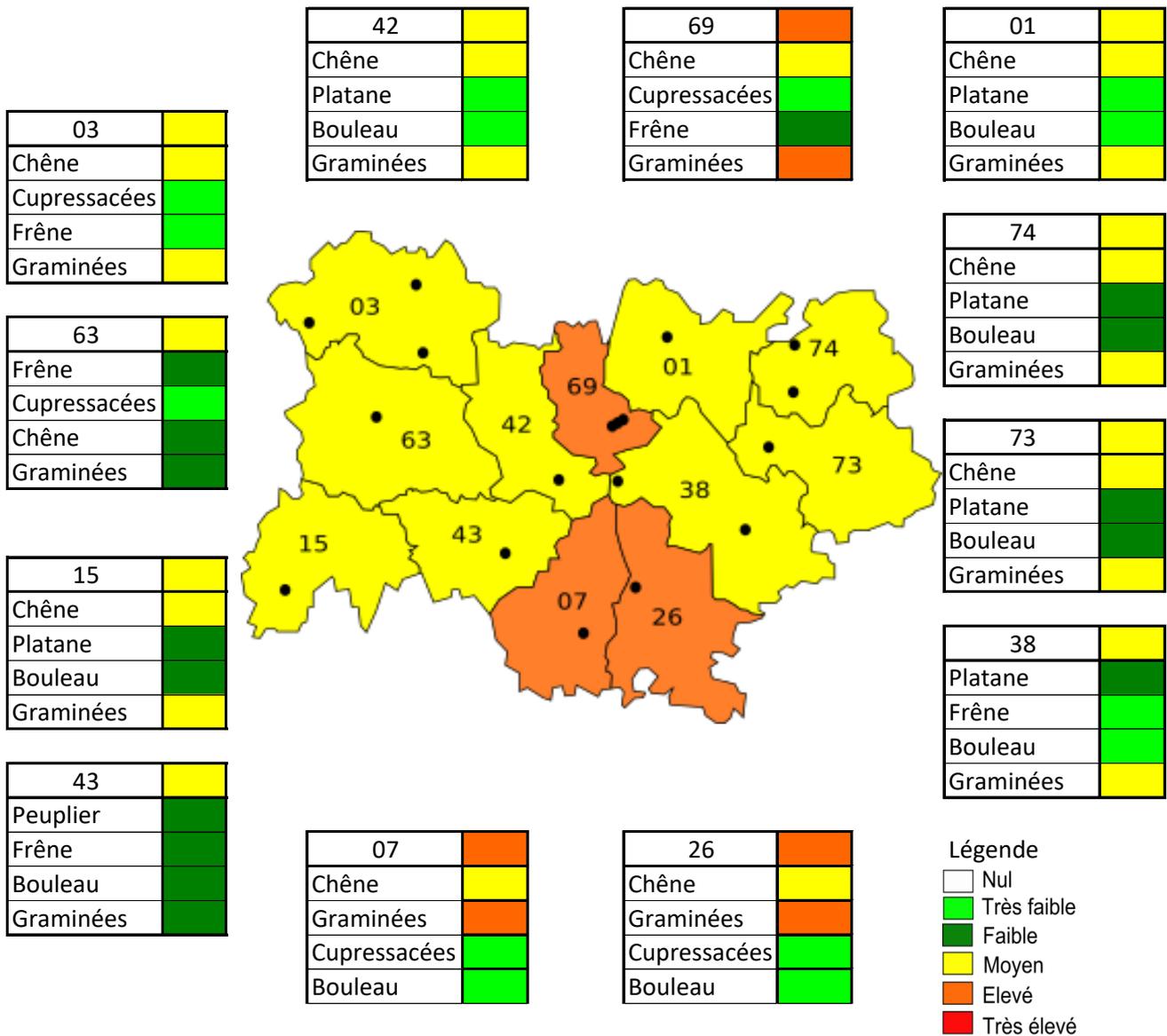
**Commentaires :**

Jardin botanique de Villers-lès-Nancy : Du côté des arbres, les bouleaux continuent de polliniser, en revanche, les saules, les charmes et les frênes n'émettent plus de pollen. Le chêne est en floraison.

Concernant les herbacées, l'oseille sauvage est en floraison, les orties et les plantains se développent. Pour les graminées, les vulpins des prés sont en pollinisation, les paturins sont en épiaison.

**REGION AUVERGNE RHÔNE ALPES**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



Commentaire :

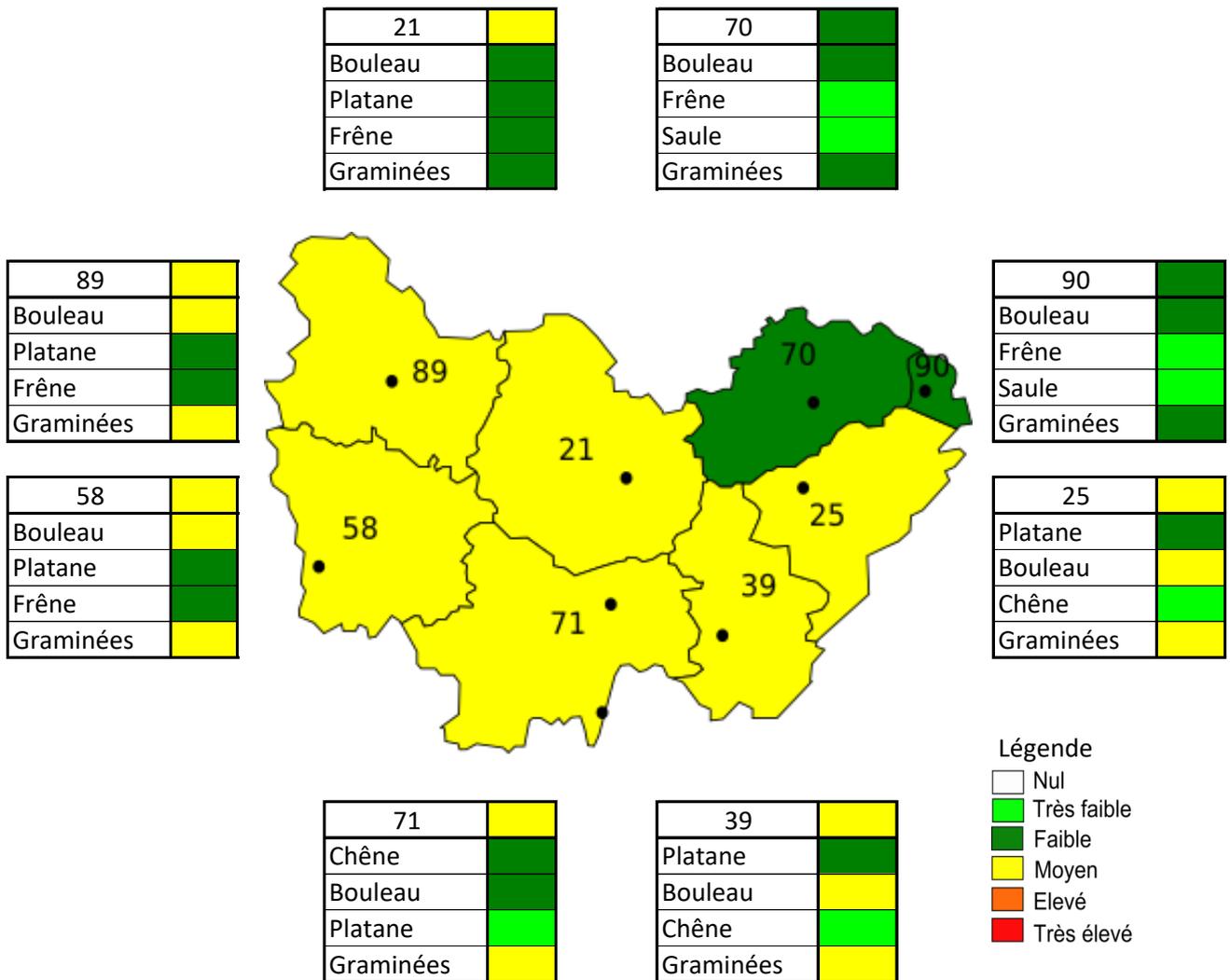
Les pollens de graminées arrivent et gêneront de plus en plus les allergiques en ce début de mois de mai avec un risque d'allergie qui sera de niveau moyen à élevé selon les départements. La pluie permet toutefois de faire baisser les concentrations de pollens dans l'air mais le répit sera de courte durée et les allergiques doivent bien suivre leurs traitements. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens de chêne et faible pour ceux de frêne, platane, bouleau et cupressacées qui sont en fin de pollinisation.

Aides régionales complémentaires :

ARS Auvergne Rhône Alpes - Atmo Auvergne Rhône Alpes - Métropole de Lyon - Ville de Lyon  
 Agglomération de Bourg en Bresse - Ville de Montluçon - Alpes Contrôle Chambéry

**REGION BOURGOGNE FRANCHE COMTE**

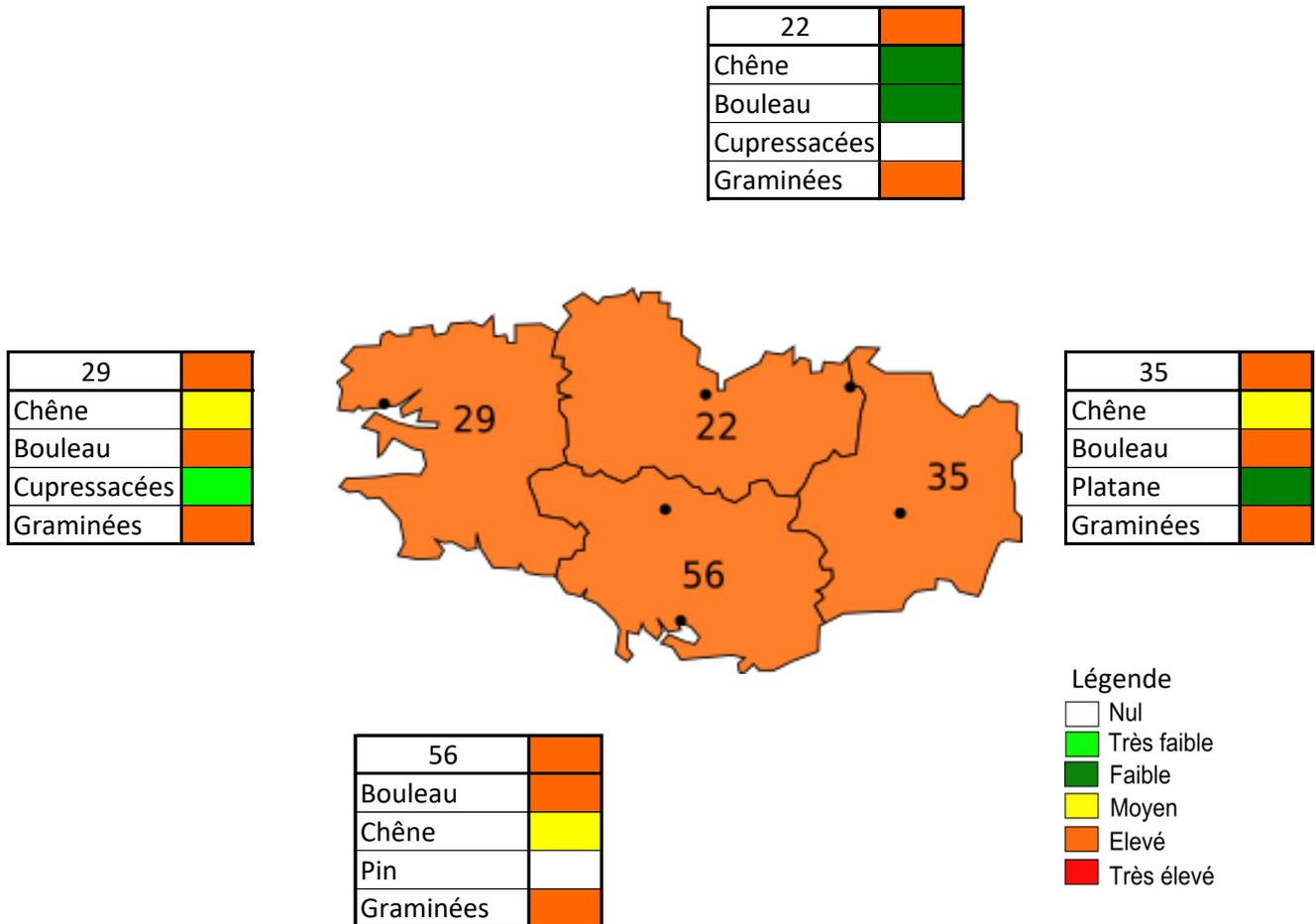
Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



Commentaire :  
 Entre les averses de pluie on retrouvera des pollens de graminées avec un risque d'allergie de niveau faible à moyen. Les bouleaux sont en fin de floraison et le risque d'allergie sera faible à moyen mais devrait baisser dans les jours à venir. D'autres arbres sont en floraison comme les frênes, les chênes, les platanes...mais avec un risque d'allergie qui restera au niveau faible.

**REGION BRETAGNE**

Prévision du risque allergique d'exposition aux pollens (RAEP) pour la période


**Commentaire :**

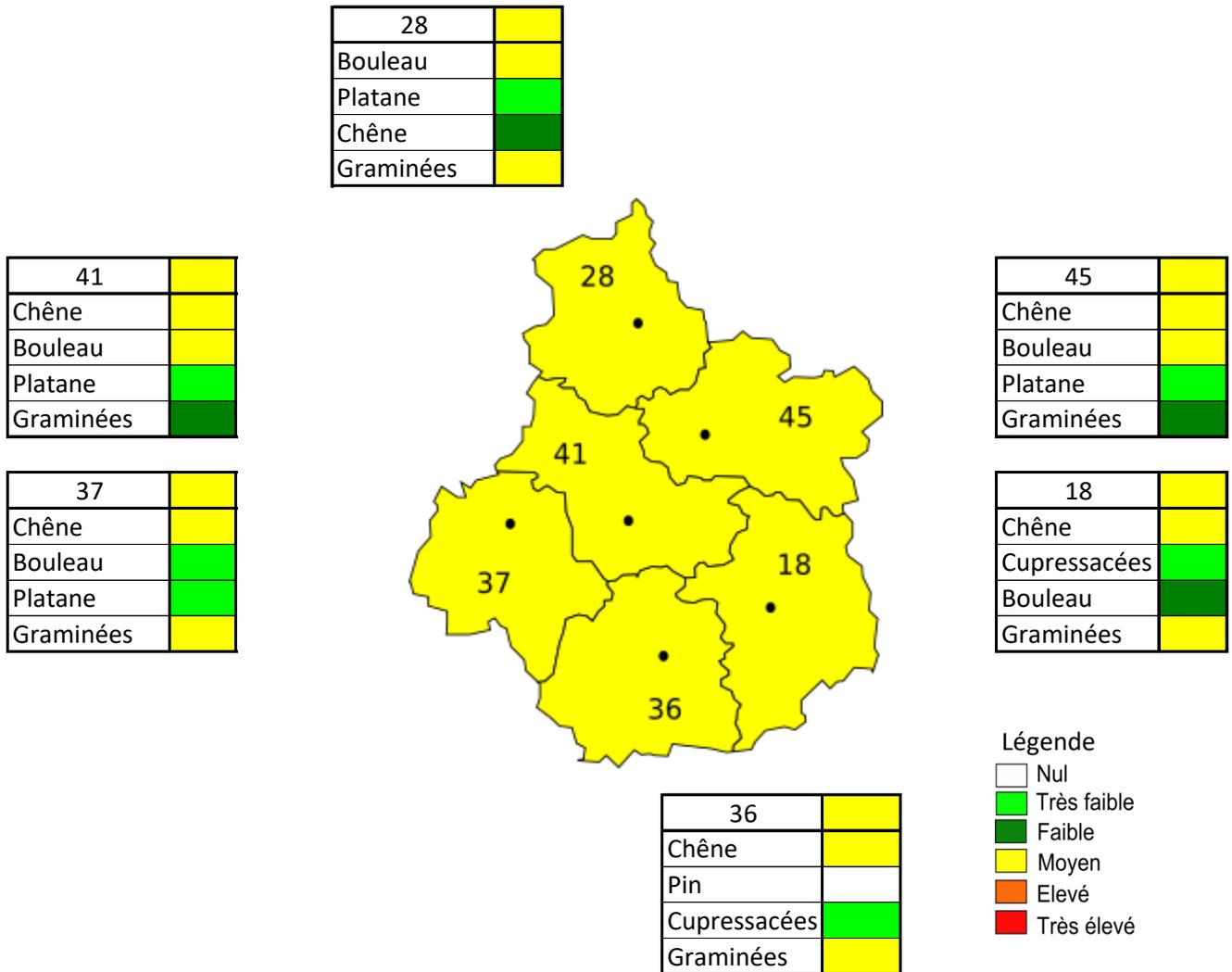
Les pollens de bouleau n'ont pas dit leur dernier mot et restent très présents dans l'air avec un risque d'allergie de niveau élevé. Ils devraient toutefois perdre du terrain ces prochains jours au profit des pollens de graminées qui seront la principale gêne des allergiques en mai avec un risque de niveau moyen à élevé. Le risque d'allergie sera faible à moyen pour les pollens de chêne qui sont aussi très abondants dans l'air mais sont moins allergisants que les pollens de bouleau et de graminées. Les averses de pluie apporteront un peu de répit aux allergiques.

Aides régionales complémentaires :

Association CAPT'AIR

**REGION CENTRE VAL DE LOIRE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



**Commentaire :**

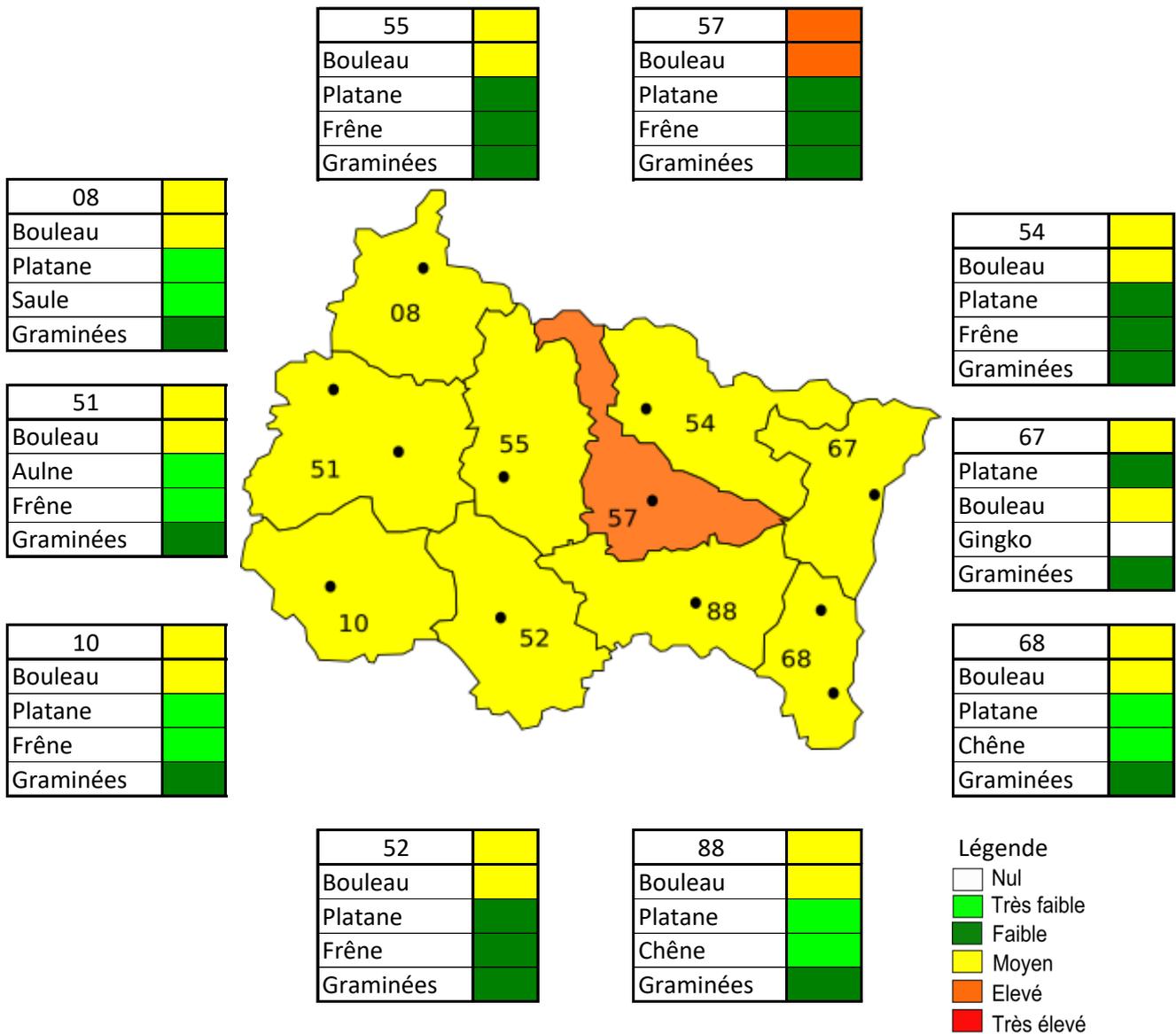
Chêne, bouleau et graminées....voilà le trio gagnant qui viendra gêner les allergiques avec un risque qui sera au niveau moyen sur l'ensemble de la région. Les bouleaux arrivent en fin de floraison et vont laisser la place aux pollens de graminées qui sont aussi très allergisants. Les averses de pluie seront les seules à soulager un peu les allergiques qui doivent bien suivre leurs traitements. Les pollens de pin pourront jaunir les surfaces extérieures mais ils ne sont pas allergisants.

Aides régionales complémentaires :

Lig'Air - ARS Centre Val de Loire

**REGION GRAND EST**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



**Commentaire :**

Encore des pollens de bouleau dans l'air de la région avec un risque d'allergie moyen à localement élevé. Les averses de ces prochains jours devraient toutefois sonner la fin de la floraison des bouleaux. Les pollens de graminées prendront le relais et viendront vite gêner les allergiques surtout lors des journées plus ensoleillées. Les platanes, frênes, et chênes sont aussi en pleine pollinisation mais avec un risque d'allergie qui restera faible.

Aides régionales complémentaires :

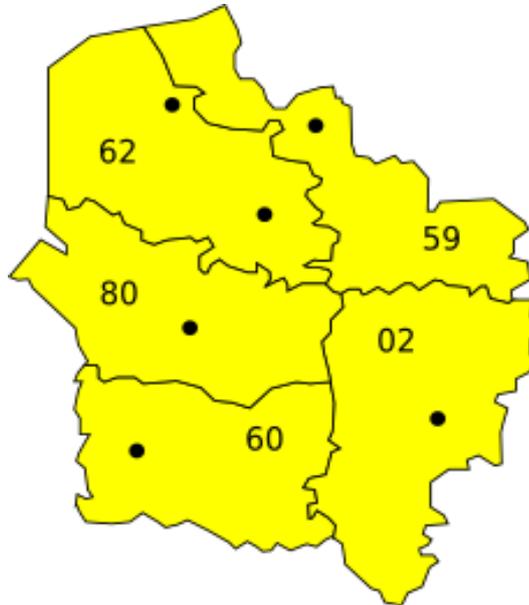
Atmo Grand Est - Nouvel Hôpital Universitaire de Strasbourg

**REGION HAUTS DE FRANCE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)

62	■
Bouleau	■
Platane	■
Saule	■
Graminées	■

80	■
Bouleau	■
Saule	■
Charme	■
Graminées	■



59	■
Bouleau	■
Platane	■
Saule	■
Graminées	■

02	■
Bouleau	■
Aulne	■
Frêne	■
Graminées	■

60	■
Bouleau	■
Saule	■
Charme	■
Graminées	■

- Légende
- Nul
  - Très faible
  - Faible
  - Moyen
  - Elevé
  - Très élevé

Commentaire :

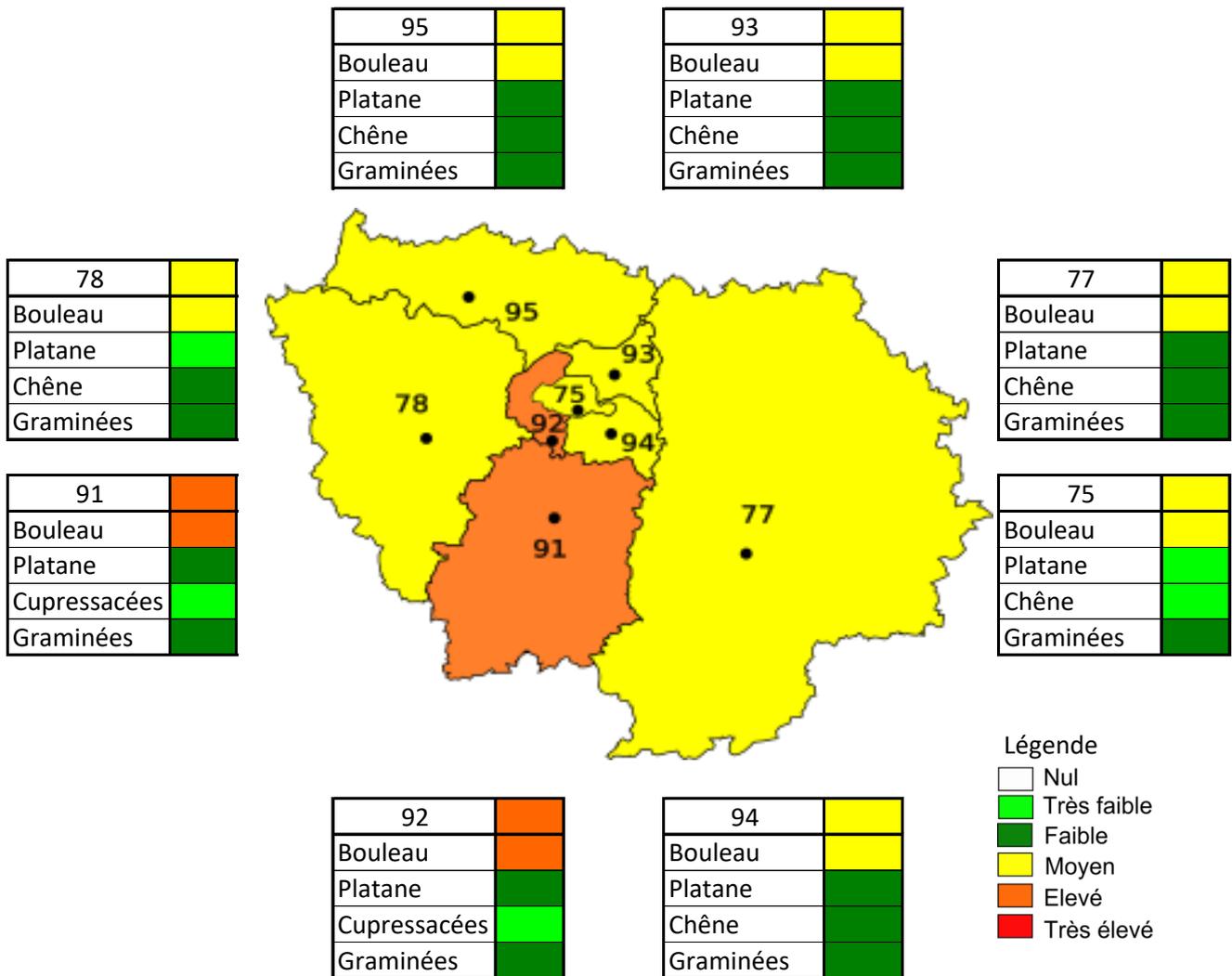
Les pollens de bouleau gardent la tête du classement avec un risque d'allergie de niveau moyen. Ils devraient petit à petit disparaître des radars car ils sont en fin de pollinisation. Le risque d'allergie sera faible pour les pollens de saule, charme, frêne, platane et graminées. Le retour des averses de pluie ces prochains jours sera une bonne nouvelle pour les allergiques car elles viendront plaquer les pollens au sol et faire baisser temporairement les risques d'allergies.

Aides régionales complémentaires :

Atmo Hauts de France - Association pour la Prévention de la Pollution Atmosphérique de Hauts de France

**REGION ILE DE FRANCE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



**Commentaire :**

Le risque d'allergie sera de niveau moyen à localement élevé pour les pollens de bouleau mais les allergiques vont pouvoir mieux respirer car les concentrations baisseront avec la fin de la pollinisation des bouleaux ces prochains jours. Les pollens de graminées prendront le relais et deviendront vite la principale gêne des allergiques même si le risque d'allergie actuel est faible.

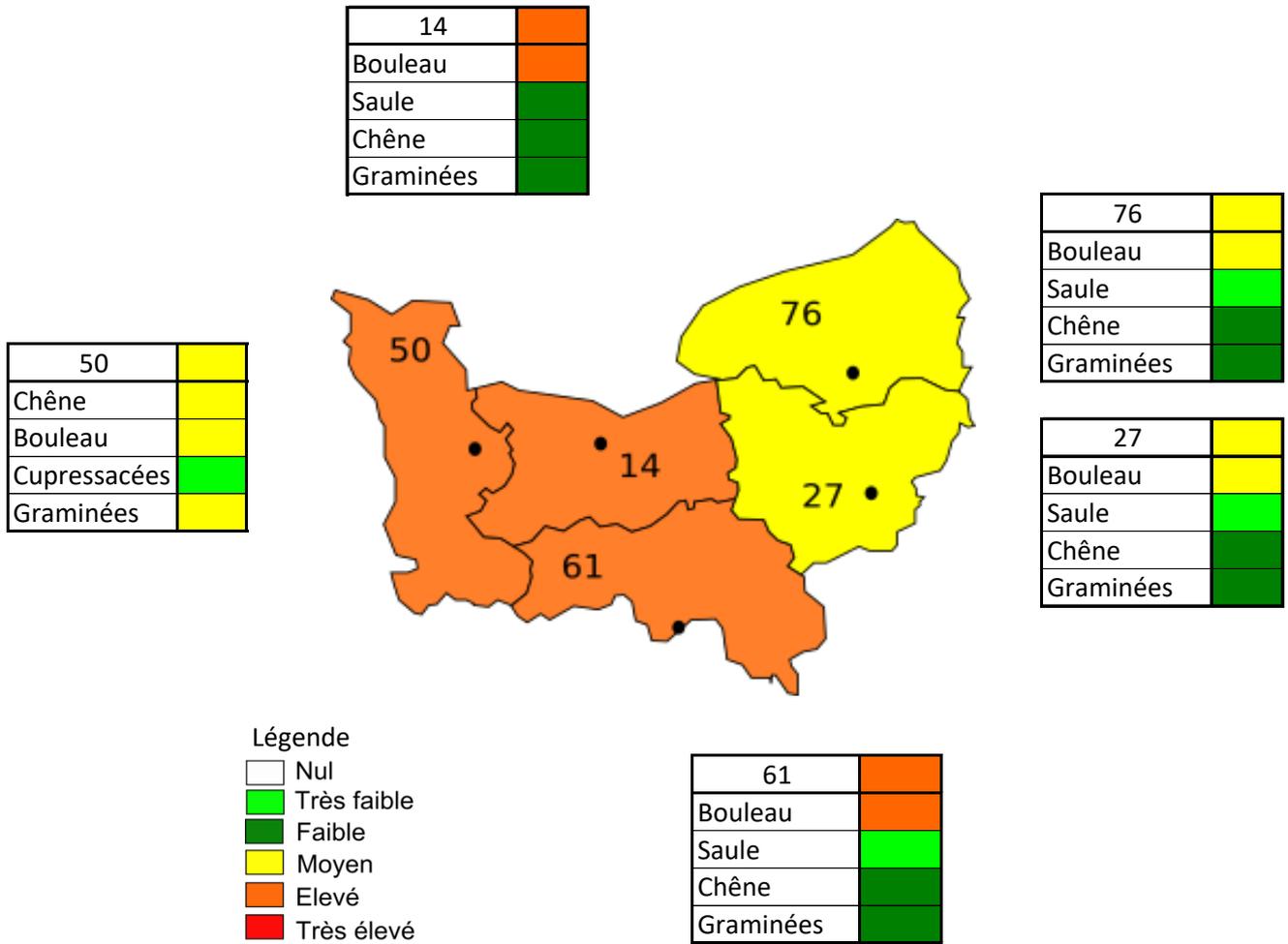
Le risque d'allergie sera très faible pour les pollens de chêne, de charme, de frêne, de cupressacées et de platane.

Aides régionales complémentaires :

Conseil Régional d'Ile de France - Service Parisien de Santé Environnementale

**REGION NORMANDIE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



**Commentaire :**

Le risque d'allergie sera moyen à élevé pour les pollens de bouleau. Le risque d'allergie sera faible à moyen pour les pollens de graminées et de chêne. Les bouleaux arrivent en fin de floraison mais les allergiques devront se méfier des pollens de graminées qui prendront le relais et gêneront vite les plus sensibles. Les averses de pluie viendront apporter un peu de répit aux allergiques.

Aides régionales complémentaires :  
Air Normand - APRIAN

**REGION NOUVELLE-AQUITAINE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)

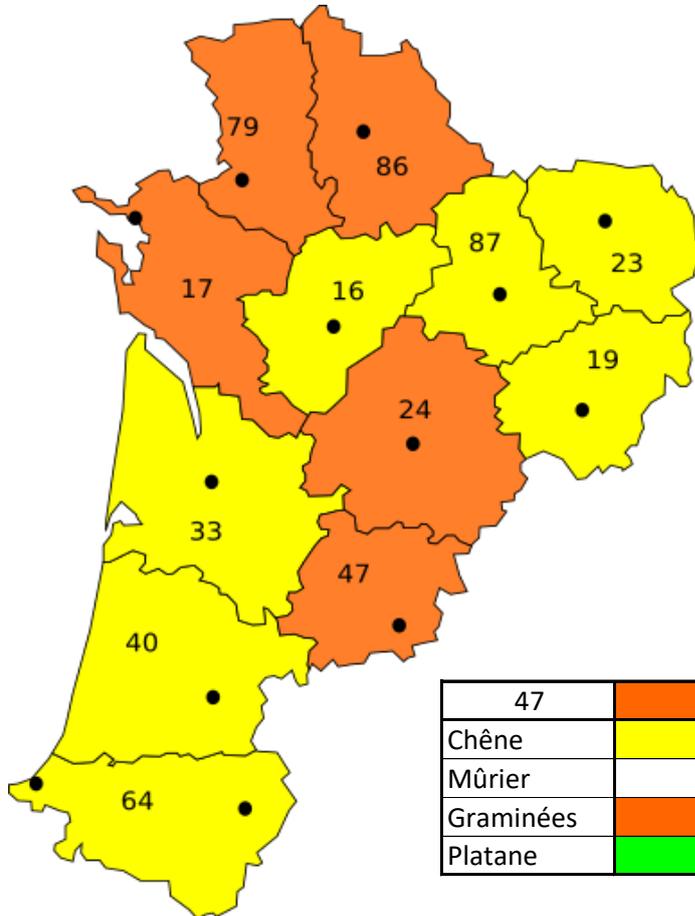
79	Orange
Chêne	Jaune
Cupressacées	Vert
Graminées	Orange
Pin	Blanc

16	Jaune
Chêne	Jaune
Cupressacées	Vert
Pin	Blanc
Graminées	Jaune

86	Orange
Chêne	Jaune
Pin	Blanc
Cupressacées	Vert
Graminées	Orange

87	Jaune
Chêne	Jaune
Cupressacées	Vert
Bouleau	Vert foncé
Graminées	Jaune

17	Jaune
Chêne	Jaune
Pin	Blanc
Cupressacées	Vert
Graminées	Orange



23	Jaune
Chêne	Jaune
Cupressacées	Vert
Frêne	Vert
Graminées	Jaune

33	Jaune
Chêne	Jaune
Pin	Blanc
Bouleau	Vert foncé
Graminées	Jaune

19	Jaune
Chêne	Jaune
Cupressacées	Vert
Bouleau	Vert foncé
Graminées	Jaune

40	Jaune
Chêne	Jaune
Pin	Blanc
Bouleau	Vert foncé
Graminées	Jaune

24	Orange
Chêne	Jaune
Pin	Blanc
Cupressacées	Vert
Graminées	Orange

64	Jaune
Chêne	Jaune
Pin	Blanc
Bouleau	Vert foncé
Graminées	Jaune

47	Orange
Chêne	Jaune
Mûrier	Blanc
Graminées	Orange
Platane	Vert

Légende  
 Nul (Blanc)  
 Très faible (Vert)  
 Faible (Vert foncé)  
 Moyen (Jaune)  
 Elevé (Orange)  
 Très élevé (Rouge)

Commentaire :

Les graminées ont démarré leur floraison et montent en puissance avec un risque d'allergie qui sera de niveau moyen à élevé selon les départements. Seule la pluie pourra plaquer les pollens au sol et donner un peu de répit aux allergiques. Les chênes sont aussi en pleine floraison avec un risque d'allergie de niveau moyen. Le risque d'allergie sera plus faible pour les pollens de cupressacées et de bouleau qui sont en fin de floraison. Les pollens de pin pourront jaunir les surfaces extérieures mais ne sont pas allergisants.

Aides régionales complémentaires :

ARS Nouvelle-Aquitaine - Atmo Nouvelle-Aquitaine

**REGION OCCITANIE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)

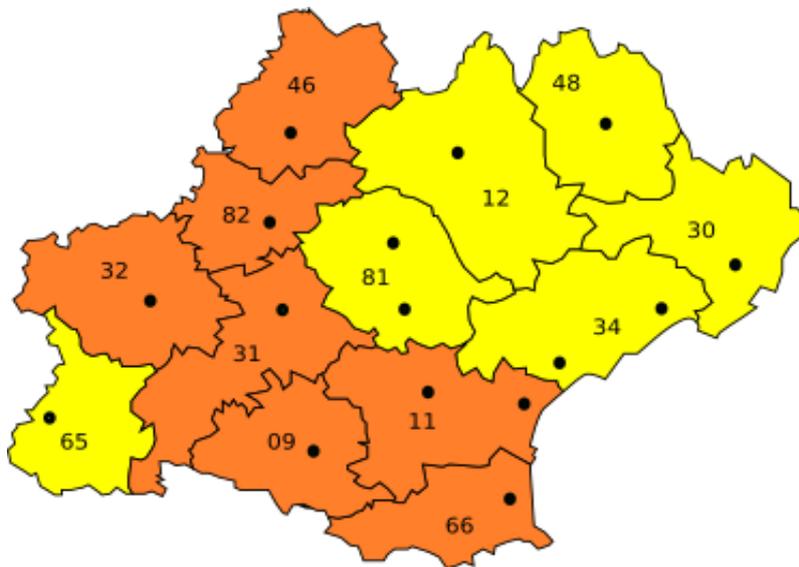
82	Orange
Chêne	Jaune
Mûrier	Blanc
Graminées	Orange
Platane	Vert

46	Orange
Chêne	Jaune
Mûrier	Blanc
Graminées	Orange
Platane	Vert

48	Jaune
Chêne	Jaune
Cupressacées	Vert
Frêne	Vert
Graminées	Jaune

12	Jaune
Chêne	Jaune
Cupressacées	Vert
Frêne	Vert
Graminées	Jaune

32	Orange
Chêne	Jaune
Mûrier	Blanc
Graminées	Orange
Platane	Vert



30	Jaune
Chêne	Jaune
Mûrier	Blanc
Graminées	Jaune
Platane	Vert

81	Jaune
Chêne	Jaune
Cupressacées	Vert
Frêne	Vert
Graminées	Jaune

34	Jaune
Chêne	Jaune
Mûrier	Blanc
Cupressacées	Vert
Graminées	Jaune

65	Jaune
Chêne	Jaune
Mûrier	Blanc
Graminées	Jaune
Platane	Vert

11	Orange
Chêne	Jaune
Urticacées	Jaune
Platane	Vert
Graminées	Orange

**Légende**  
 Nul  
 Très faible  
 Faible  
 Moyen  
 Elevé  
 Très élevé

31	Orange
Chêne	Jaune
Mûrier	Blanc
Graminées	Orange
Platane	Vert

09	Orange
Chêne	Jaune
Mûrier	Blanc
Graminées	Orange
Platane	Vert

66	Orange
Chêne	Jaune
Urticacées	Jaune
Platane	Vert
Graminées	Orange

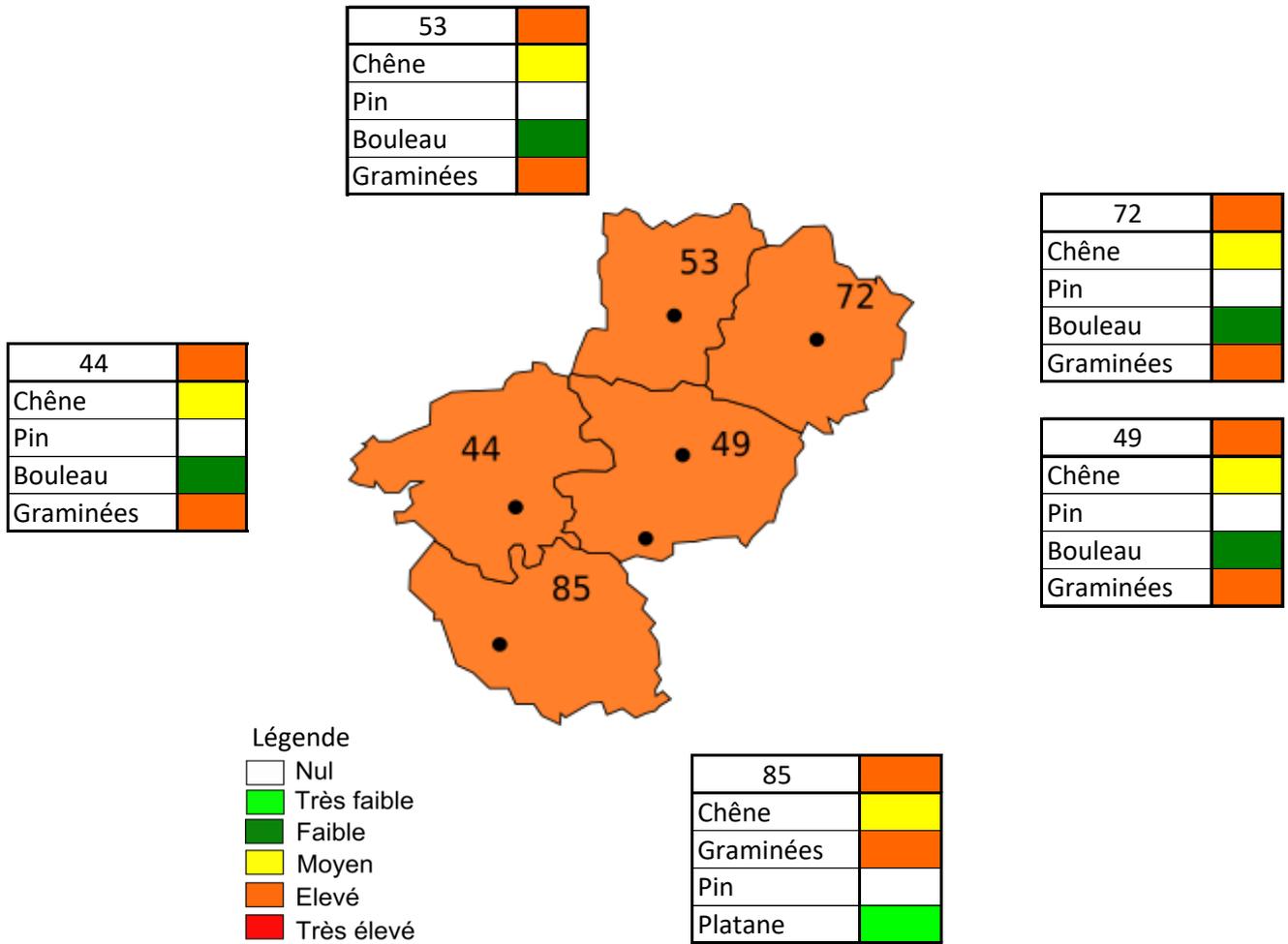
**Commentaire :**

Les graminées deviennent la principale gêne des allergiques et le resteront ces prochains mois avec un risque de niveau moyen à élevé. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens de chêne et d'urticacées et plus faible pour les pollens de platane, de cupressacées et de frêne. Les pollens de mûrier et de pin ne gêneront pas vraiment les allergiques. La pluie sera très appréciée par les allergiques car elle viendra plaquer les pollens au sol.

Aides régionales complémentaires :  
 ARS Occitanie - CHU de Nîmes

**REGION PAYS DE LOIRE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



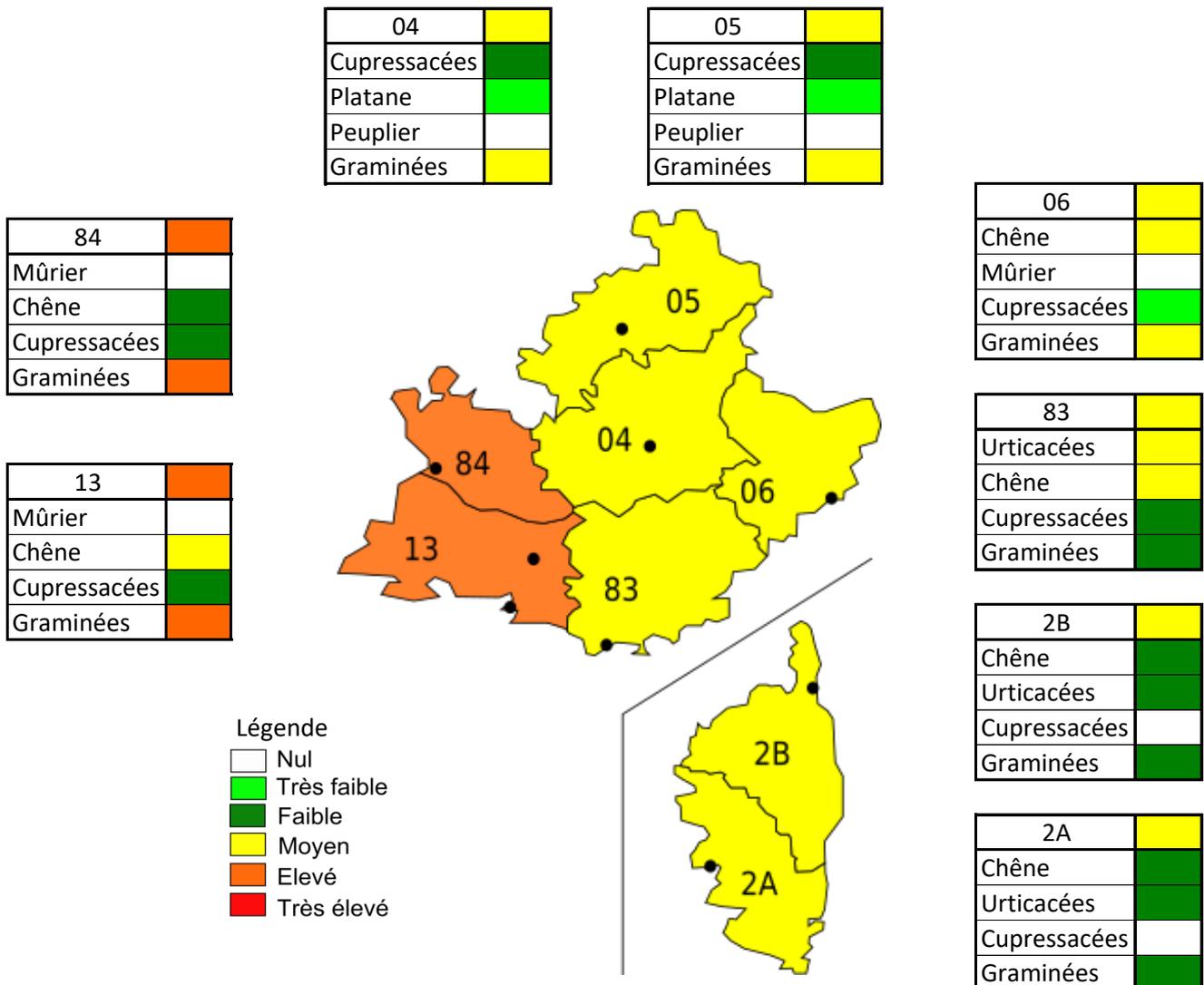
**Commentaire :**

Attention aux pollens de graminées qui gêneront les allergiques avec un risque de niveau élevé. Les pollens de chêne sont eux aussi très présents mais sont moins allergisants et le risque d'allergie ne dépassera donc pas le niveau moyen. Le risque d'allergie sera faible pour les pollens de platane et de bouleau. Pas de risque pour les pollens de pin qui ne sont pas allergisants. La pluie apportera un peu de répit aux allergiques.

Aides régionales complémentaires :  
Air Pays de Loire

**REGION PROVENCE ALPES CÔTES D'AZUR - CORSE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)


**Commentaire :**

Les graminées gêneront de plus en plus les allergiques avec un risque de niveau moyen à localement élevé comme dans les Bouches du Rhône et le Vaucluse par exemple. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens de chêne et d'urticacées (pariétales) et sera plus faible pour les pollens de cupressacées et nul pour les pollens de mûrier et de pin. Les allergiques apprécieront les averses de pluie qui viendront plaquer les pollens au sol.

Aides régionales complémentaires :

ARS Provence Alpes Côtes d'Azur - AECAP - Air Provence Alpes Côtes d'Azur