Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 26 (1996)
Heft: 7-8

Artikel: La chasse aux pollens
Autor: Manevy, Jean V.-
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-828727

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

l'aspirateur est totalement inefficace. Seul un lavage à plus de 90° peut les éliminer. Première règle donc: supprimer tapis et moquettes dans la chambre à coucher. A proscrire également, les bibliothèques ouvertes et les peluches. La pièce doit être régulièrement aérée et maintenue à moins de 20°. Les purificateurs d'air proposés dans le commerce, souvent coûteux, ne donnent guère de résultats contre les acariens, pas plus que les sprays acaricides vendus en pharmacie. Mais tous les allergiques le savent, ces mesures indispensables ne garantissent pas des nuits tranquilles.

La cure de désensibilisation est efficace dans 70 à 80 % des cas. Mais le traitement est astreignant: après le test qui détermine la nature des allergènes, souvent multiples, il faudra, trois ans durant au minimum, et à raison d'une fois par semaine, en hiver, subir une injection contenant à doses croissantes l'agent allergène en question. De mieux en mieux dosé, ce traitement est conseillé à tous ceux que le rhume des foins handicape fortement.

Les antihistaminiques bloquent le phénomène de l'allergie sans le guérir. Il existe cette année de nouveaux produits, semble-t-il bien tolérés, comme le Zyrtec, ou la Claritine, (sur ordonnance, remboursés par les assurances) qui ont un effet de longue durée, sans provoquer de somnolence. Le Tavegyl et le Teldane suscitent une certaine fatigue chez le malade et se montrent parfois inopérants.

En complément, il est souvent nécessaire d'utiliser un anti-allergique local, un spray comme le Lomusol ou le Flutinase, qui calme durablement les nez qui coulent.

La proportion de pollens dans l'air dépend des conditions météorologiques: par temps sec et chaud, l'émission de pollens est plus forte, elle se réduit avec le froid. Une bonne pluie plaque les pollens au sol et les lave. Des calendriers polliniques peuvent être consultés auprès des pharmaciens. Il existe également un bulletin météo téléphonique (tél. 157 126 245, Fr. 0.86 la minute) qui donne le développement hebdomadaire des pollens dans nos régions.

Certains allergiques suivent un traitement par acupuncture, avec une bonne réussite. L'homéopathie est également indiquée, mais le traitement doit commencer des semaines, voire des mois avant l'apparition des symptômes printaniers. Il doit aussi se prolonger sur plusieurs années et suppose donc une certaine discipline de la part du patient.

Bernadette Pidoux

Des mesures préventives

Allergies aux pollens:
- se laver les cheveux tous les soirs
- porter les lunettes de soleil
- supprimer les produits laitiers de vache pendant la période de crise, les remplacer par des laitages de brebis ou de chèvre.

Allergies aux acariens:
- éliminer tapis et moquettes de la chambre à coucher
- éloigner de cette pièce les bibliothèques ouvertes, les peluches et les meubles rembourrés
- utiliser une literie qui peut être cuite en machine ainsi qu'une housse de matelas en coton à bouillir en machine régulièrement.

Dans tous les cas, un test cutané pour déterminer l'origine de l'allergie s'impose. Ensuite, on peut choisir la technique de traitement, classique ou homéopathique.

La chasse aux pollens

Lorsqu'on connaît la date d'apparition des pollens, on peut mieux agir sur la prévention.

Au Tessin et à Genève, tout a commencé en janvier, le pollen de l'aulne, arbre souple comme le vent, venait de sortir des bois. A Zurich et à Bâle, c'est en février que le pollen du timide noisetier est apparu. Dans le Valais, le pollen du frêne est arrivé à la mi-avril. A Lugano, c'était celui du bouleau. Puis les vagues de pollens de graminées, de céréales, se sont succédés dans toute la Suisse jusqu'en juillet. Pendant l'été, ce sera le pollen de la gentille armoise (dont une variété recèle la pernicieuse absinthe) qui se manifestera.

A chaque vague de pollens correspond, chez les êtres humains, à une flambée de troubles allant du désagréable rhume des foins à l'asthme, particulièrement méchant pour les petits enfants et les aînés.

Face à la régularité saisonnière de l'apparition des pollens, l'Institut suisse de météorologie de Zurich a lancé une enquête épidémiologique sans précédent. Dirigée par une femme, le docteur Annie G. Peeters, l'enquête épidémiologique a porté sur 8350 personnes entre 16 et 60 ans. Elle a été rendue possible par la création d'un réseau d'observations qui compte 14 stations de mesures réparties sur l'ensemble sur territoire. C'est ce travail qui a abouti à la création d'un service téléphonique qui permet de connaître la situation pollinique précise de chaque région.

Jean V.- Manevy