

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 24 (1994)
Heft: 5: r

Rubrik: Santé : attention au rhume des foins!

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: 13.01.2026

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

ATTENTION AU RHUME DES FOINS!

Santé

Maladie allergique la plus connue, le rhume des foins touche un Suisse sur dix. Provoqué par le pollen, il sévit surtout entre mai et septembre.

Charrié par le vent, le pollen se dépose près des yeux, dans le nez et les bronches. Normalement inoffensif, il suscite parfois des réactions exagérées du système immunitaire qui, le prenant pour une substance potentiellement dangereuse, se défend en produisant des anticorps appelés IgE. Le contact entre le pollen et les IgE provoque alors la libération de substances irritantes - telles que l'histamine - responsables de l'inflammation des yeux, du nez, voire des bronches.

La pollution joue un rôle

En Suisse, une centaine de plantes peuvent engendrer un rhume des foins. Dépendant du type de pollen en cause, ce rhume débute généralement à la mi-avril, voire la mi-mai. Cette affection peut occasionner des sinusites ou, lorsqu'elle touche aussi les bronches, de l'asthme.

Héréditaire, survenant parfois dès la prime jeunesse, elle se déclare en général plutôt vers 25 ans et disparaît au bout d'une ou deux décennies. La fréquence accrue de cette allergie semble due, d'une part, à la pollution atmosphérique qui, en lésant les muqueuses des yeux et du nez, favorise son apparition et, d'autre part, au fait que les gens n'ont plus l'habitude de respirer l'air de la campagne et ses pollens.

D'autres facteurs sont également responsables de réactions allergiques semblables, mais non liées au rythme des saisons. C'est le cas des excréments d'acariens, ces insectes microscopiques qui se trouvent dans la poussière de maison et se nourrissent de nos bouts de peau morte.



Photo Y.D.

Certains animaux (notamment les chats, chiens, hamsters, lapins, cochons d'Inde et chevaux), ainsi que les moisissures et la poussière de farine peuvent aussi entraîner le même type de rhume.

Deux sortes de traitements

Un test allergique effectué par le médecin permet d'identifier la (ou les) substance(s) responsable(s) du rhume des foins. Seul traitement qui s'attaque aux causes du mal, la cure de désensibilisation agit comme un vaccin, aidant l'organisme à s'habituer à la substance responsable de l'allergie grâce à des injections répétées - à des doses croissantes - du produit coupable.

L'action des médicaments porte sur les signes de l'allergie (irritation des yeux, du nez, parfois même des bronches). Si aucun remède n'est donc capable de guérir le rhume des foins, plusieurs types peuvent toutefois en atténuer les conséquences, certains en empêchant la diffusion de l'histamine dans l'organisme, d'autres en s'opposant à ses effets. Il existe aussi des remèdes qui décongestionnent les muqueuses ou calment les inflammations.

Valérie Klaus

En cas de rhume des foins...

1. Consultez votre médecin.
2. Etudiez les bulletins de vols polliniques (prévenez l'arrivée de grandes quantités de pollens en renforçant la protection médicamenteuse).
3. N'aérez que le matin au lever et vivez fenêtres fermées (utilisez un ventilateur).
4. Installez un filtre à pollen dans la voiture.
5. Evitez la campagne, préférez le vent du large.
6. Portez des lunettes (de soleil).
7. Afin d'enlever le pollen qui s'y dépose, rincez les yeux à l'eau et lavez les cheveux tous les soirs (pas d'eau de rinçage dans les yeux).
8. Evitez les endroits enfumés.