

Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 32 (2002)
Heft: 5

Artikel: Alerte à la pollution verte
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-828103>

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: 11.01.2026

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



Yves Debraine/la

C'est beau un arbre en fleur... à condition de ne pas être allergique

Alerte à la pollution verte

Souffrir chaque année d'un rhume des foins ne signifie pas nécessairement que l'on est asthmatique. Les deux désagréments sont parfois liés, mais pas toujours.

On estime qu'à l'heure actuelle, 10 à 30% de la population de notre planète souffre d'une allergie au pollen. Notre pays est dans la moyenne, avec environ 15% de personnes incommo-

dées par ce mal saisonnier. A défaut d'y trouver une explication, certains allergologues qualifient ce phénomène de «pollution verte». Le rhume des foins se déclare le plus souvent entre huit et vingt ans, rarement au-delà de quarante ans, et on lui suppose une prédisposition génétique.

Le rhume des foins est une allergie à un ou plusieurs pollens. Ceux-ci sont des grains microscopiques, ou spores, provenant des étamines mâles des fleurs, et transportés par le vent ou les insectes pour aller féconder le pistil femelle des plantes. Cette rhinite allergique peut être pro-

voquée par des pollens de graminées (seigle, avoine, froment, maïs) d'arbres (bouleau, hêtre, peuplier, noisetier...) et d'herbacées (pissenlit, ortie, trèfle, marguerite, etc.). Les arbres pollinissent de janvier à mai, les graminées de mai à juillet et les herbacées de juillet à octobre.

Généralement, le rhume des foins se déclare lorsque la concentration en pollens dans l'air atteint un certain seuil. Celui-ci varie selon l'espèce, avec une moyenne de 10 à 20 grains de pollen par m³ d'air. Lors des pics saisonniers, on comptabilise jusqu'à 500 pollens de certaines plantes par m³ d'air.

Nez qui coule, yeux qui pleurent

Le rhume des foins se manifeste par des éternuements à répétition, le nez qui coule et qui chatouille, les yeux qui pleurent... puis, après quelques heures, par le nez bouché. Souvent, l'allergie au pollen déclenche des conjonctivites et des rhinites, car la plupart des pollens ont une taille qui les arrête au niveau de la muqueuse nasale et des sinus. Une rhinite saisonnière sans conjonctivite est parfois due à une autre cause allergique, dont certaines moisissures. Des pollens de plus petite taille parviennent à pénétrer plus profondément dans les poumons, entraînant alors un asthme chez le sujet potentiellement asthmatique.

Si les pollens qui sont la cause de votre rhume des foins ont pu être identifiés, la consultation quotidienne, en période à risque, du bulletin pollinique vous aidera à vous pré-munir en partie contre le mal. Dormez la fenêtre fermée pour éviter l'apport d'air extérieur, surtout à l'aube. Et promenez-vous de préférence après la pluie, car l'air contient moins de pollens.

De nombreux médicaments préventifs – médicaments de synthèse ou à base de plantes – sont en vente libre en pharmacie. Du sérum physiologique sous forme de gouttes ou de spray nasal permet de dégager des narines bouchées. Par ailleurs, certaines techniques d'hyposensibilisation se révèlent efficaces, mais pour une durée limitée.

C. Pz