

# Le pollen

## Qu'est-ce que c'est ?

- C'est la **semence mâle** des plantes à fleurs.
- Sa **petite taille** ne permet pas de le voir à l'œil nu.
- Il peut être **allergisant**.

## Comment agit-il ?

Pour provoquer une allergie le pollen doit :

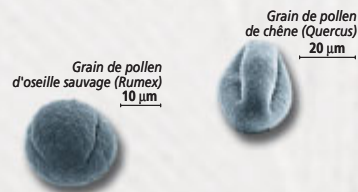
- être **respiré** par une personne sensible,
- être suffisamment **petit**,
- être transporté par le **vent** (anémophile),
- être présent en **grande quantité** dans l'air,
- pouvoir **libérer des substances** responsables de la sensibilisation.

## Que peut-il provoquer ?

- **rhinites** (rhume des foins, nez qui coule, éternuements ...),
- **yeux rouges** qui démangent,
- **gènes respiratoires, toux,**
- **crises d'asthme** (respiration difficile et sifflante).



Ces affections peuvent être plus importantes en cas de pollution atmosphérique



# Quelle saison ?

Les pollens allergisants proviennent de différentes plantes. La période globale de pollinisation peut s'étaler sur 10 mois, de janvier à octobre, définissant ainsi un calendrier pollinique.



## Calendrier pollinique de la région nantaise

Pollens		janv.	fév.	mars	avril	mai	juin	juill.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
Herbes	Plantain lancéolé												
	Plantain majeur												
	Ray-gras anglais (graminée)												
	Fromental élevé (graminée)												
	Grande oseille												
	Chiendent rampant (graminée)												
	Agrostide solonifère (graminée)												
	Vulpin des prés (graminée)												
	Floue odorante (graminée)												
	Dactyle aggloméré (graminée)												
	Phléole des prés (graminée)												
	Armoise vulgaire												
Arbres Arbustes	Noisetier commun												
	Cyprès de Lambert												
	Frêne à feuilles étroites												
	Saule roux												
	Bouleau verruqueux												
	Chêne pédonculé												
	Chêne vert												

## Quels sont les outils de prévention ?

Des informations complémentaires permettent d'adapter le traitement au cours de la période pollinique :

### Le pollinier sentinelle

Ce jardin expérimental ouvert au public, est installé dans l'enceinte du jardin botanique de NANTES (photo et plan en couverture). Il regroupe l'ensemble des espèces du calendrier pollinique de la région nantaise.

L'observation quotidienne de la libération des pollens permet de déterminer le tout début de la pollinisation pour chaque espèce et ainsi d'anticiper les traitements adaptés et ciblés correspondant à votre sensibilité.

### Les capteurs de pollens

Dans la région des Pays de la Loire, des capteurs faisant partie du Réseau national de surveillance aérobiologique (Rnsa-associations) permettent de connaître la quantité de pollen dans l'air pour une espèce donnée.

L'association AEROCAP 44 avec AIR PAYS DE LOIRE et la MAIRIE DE NANTES assurent ce travail depuis plusieurs années.