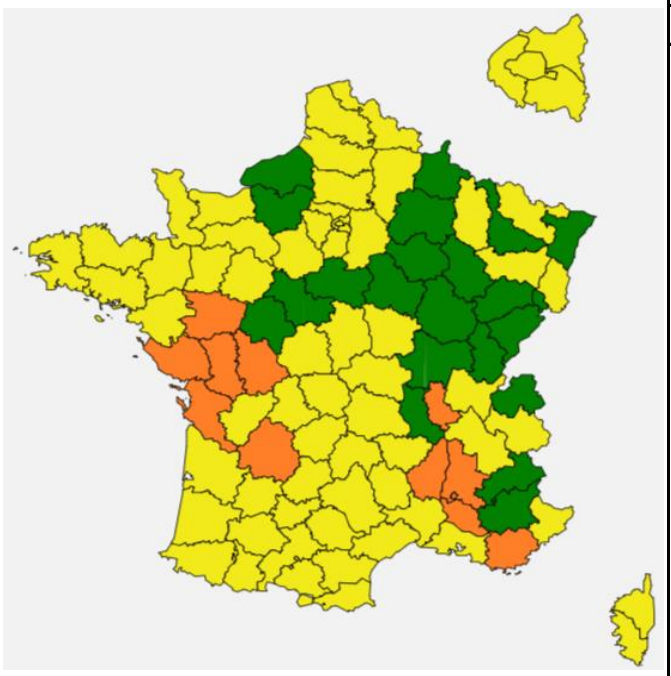
BULLETIN ALLERGO-POLLINIQUE 2021

N°18 édité le 07 mai

du 07 au 14 mai

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



LEGENDE

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

Commentaire national :

Les graminées passent entre les gouttes !

Le mois de mai est connu pour son temps contrasté avec du chaud, du froid, de la pluie et du soleil. Ces conditions météorologiques sont très favorables au développement des graminées. Les fréquentes averses de pluie de ces derniers jours ont plaqué les pollens au sol et apporté un peu de répit aux allergiques. Malheureusement, avec ce temps très variable, le répit sera de courte durée car le week-end s'annonce estival avec un temps très ensoleillé et des températures qui passeront nettement au-dessus des normales de saison, ce qui favoriseront l'émission des fortes concentrations de pollens dans l'air. Mais dès lundi, une perturbation pluvio-orageuse balayera une grande partie du pays et permettra aux allergiques de souffler un peu. Le risque d'allergie sera moyen à élevé lors des journées plus ensoleillées pour les pollens de graminées.

Le risque d'allergie sera faible à moyen pour les pollens de chêne qui sont peu allergisants mais très abondants dans l'air.

Les pollens de pariétaire (urticacées) et d'olivier montent en puissance autour de la Méditerranée. Ils pourront gêner les allergiques avec un risque d'allergie de niveau faible à localement moyen.

Les pollens d'oseille et de plantain sont en augmentation mais le risque d'allergie ne dépassera pas le niveau faible.

Les bouleaux, platanes, frênes, charmes, cyprès, hêtres et saules sont en fin de floraison.

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 irritantes 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 !

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

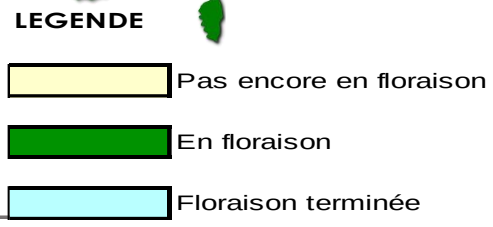
Urticacées

Olivier

Hêtre

Saule

Platane



Commentaires :

Lyon : Le Frêne et le Murier poursuivent leur floraison.

Jardin botanique de Villers-lès-Nancy : Du côté des arbres, les bouleaux continuent de polliniser, les derniers saules libèrent du 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 pâturins sont en épiaison tout comme la flouve odorante, l'ivraie vivace et la fétuque.

Partenaires : Les jardins botaniques d'Antibes, Avignon, Bordeaux, Brest, Caen, Lyon, Saint Jean de Luz et Villeneuve d'Ascq

BULLETIN ALLERGO-POLLINIQUE 2021
N°18 édité le 07 mai
du 07 au 14 mai

REGION AUVERGNE RHÔNE ALPES

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

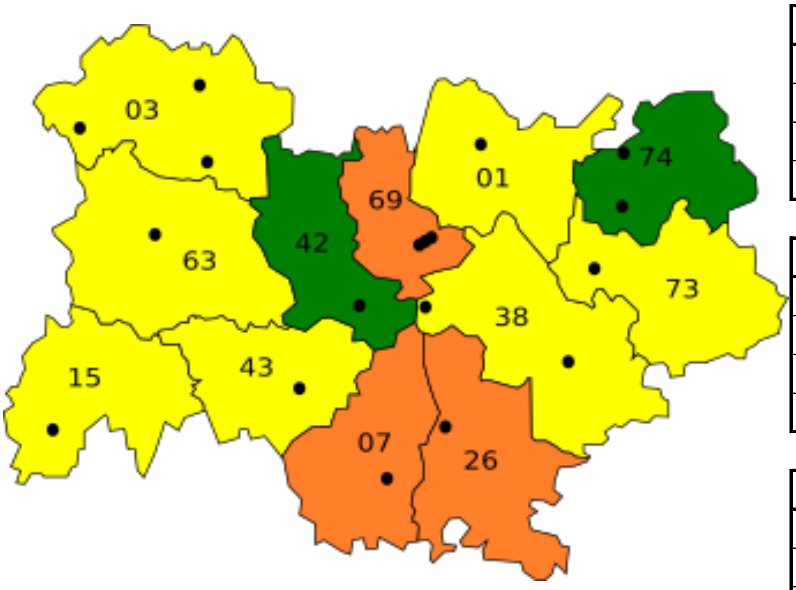
42	
Chêne	
Cupressacées	
Bouleau	
Graminées	

69	
Chêne	
Graminées	
Oseille	
Frêne	

01	
Chêne	
Platane	
Graminées	
Oseille	

03	
Chêne	
Graminées	
Oseille	
Frêne	

74	
Platane	
Chêne	
Bouleau	
Graminées	



63	
Chêne	
Frêne	
Pin	
Graminées	

73	
Chêne	
Graminées	
Oseille	
Frêne	

15	
Chêne	
Frêne	
Cupressacées	
Graminées	

38	
Platane	
Graminées	
Pin	
Cupressacées	

43	
Chêne	
Graminées	
Oseille	
Frêne	

07	
Chêne	
Graminées	
Mûrier	
Cupressacées	

26	
Chêne	
Graminées	
Mûrier	
Cupressacées	

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

Commentaire :

Entre les averses de pluie, les allergiques devront surtout se méfier des pollens de graminées qui seront responsables d'un risque d'allergie de niveau moyen à élevé et seront très présents dans l'air. Les pollens de chêne sont aussi très abondants avec un risque d'allergie faible à moyen. Le risque d'allergie sera plus faible pour les pollens de frêne, d'oseille, de plantain et de platane. Les pollens de pin peuvent jaunir les surfaces exterieures mais ne sont pas allergisants.

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

BULLETIN ALLERGO-POLLINIQUE 2021
N°18 édité le 07 mai
du 07 au 14 mai

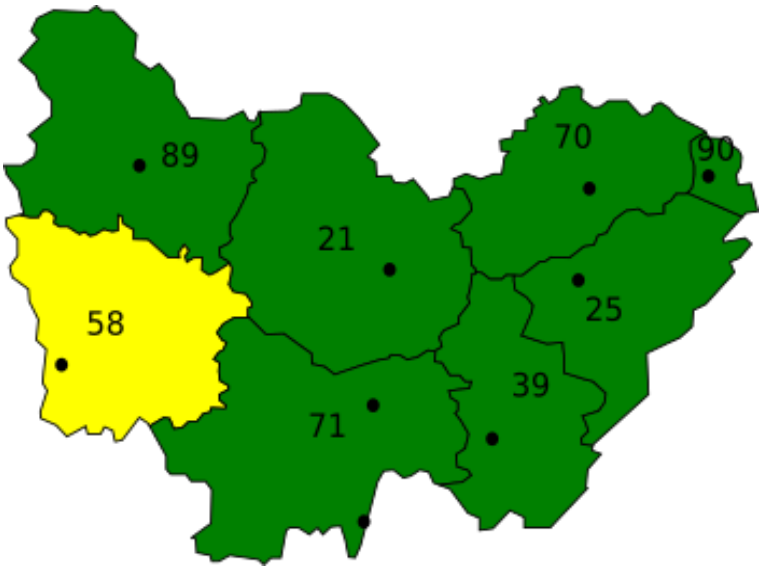
REGION BOURGOGNE FRANCHE COMTE

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

21	
Bouleau	
Chêne	
Platane	
Graminées	

70	
Saule	
Chêne	
Bouleau	
Graminées	

89	
Bouleau	
Chêne	
Platane	
Graminées	



90	
Saule	
Chêne	
Bouleau	
Graminées	

58	
Bouleau	
Chêne	
Platane	
Graminées	

25	
Platane	
Chêne	
Graminées	
Bouleau	

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

71	
Chêne	
Bouleau	
Graminées	
Saule	

39	
Platane	
Chêne	
Graminées	
Bouleau	

Commentaire :

Les averses de pluie ont apporté un peu de répit aux allergiques cette semaine mais attention au retour du soleil ce w-end et de températures plus estival qui viendront favoriser la dispersion des pollens dans l'air. Les allergiques doivent se méfier des pollens de graminées avec un risque d'allergie de niveau faible à moyen mais aussi des pollens de chêne, de bouleau, de platane et de saule.

Aides régionales complémentaires :

Ville de Chalon sur Saône - Atmo Bourgogne Franche Comté

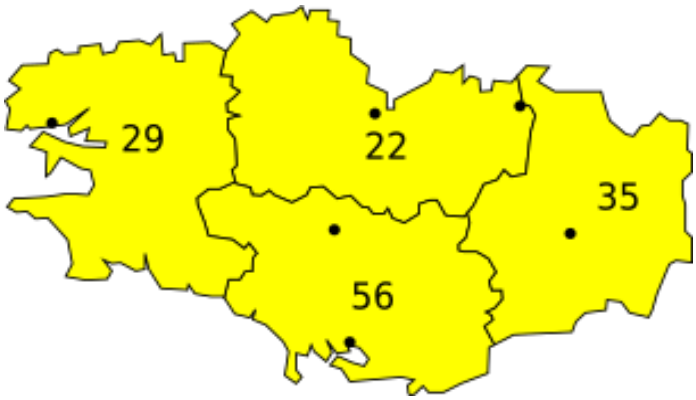
BULLETIN ALLERGO-POLLINIQUE 2021
N°18 édité le 07 mai
du 07 au 14 mai

REGION BRETAGNE

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

22	
Bouleau	
Chêne	
Cupressacées	
Graminées	

29	
Chêne	
Bouleau	
Cupressacées	
Graminées	



35	
Chêne	
Bouleau	
Graminées	
Cupressacées	

56	
Chêne	
Bouleau	
Graminées	
Cupressacées	

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

Commentaire :
Graminées et chêne resteront la principale menace des allergiques ces prochains jours surtout lorsque le soleil prédominera. Les averses de pluie viendront à l'inverse apporter un peu de répit aux allergiques en plaquant les pollens au sol. Les concentrations de pollens de graminées devraient augmenter dans les jours et les semaines à venir si te temps reste doux et ensoleillé.

Aides régionales complémentaires :

Association CAPT'AIR

BULLETIN ALLERGO-POLLINIQUE 2021
N°18 édité le 07 mai
du 07 au 14 mai

REGION CENTRE VAL DE LOIRE

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

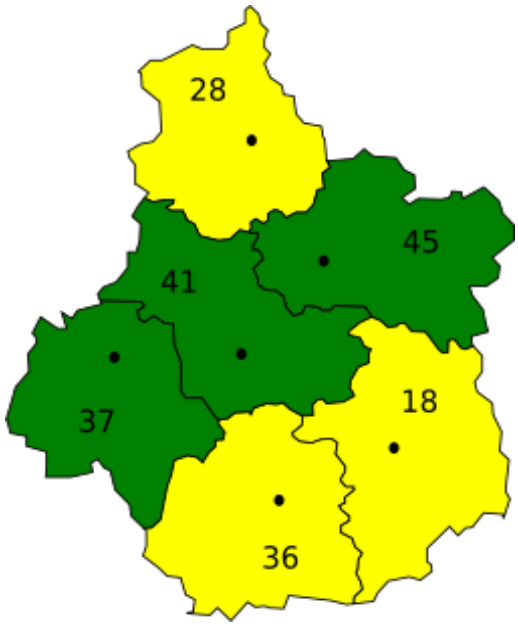
28	
Bouleau	
Chêne	
Cupressacées	
Graminées	

41	
Chêne	
Bouleau	
Pin	
Graminées	

45	
Chêne	
Bouleau	
Pin	
Graminées	

37	
Chêne	
Bouleau	
Pin	
Graminées	

18	
Chêne	
Cupressacées	
Pin	
Graminées	



36	
Chêne	
Pin	
Graminées	
Cupressacées	

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

Commentaire :

Les pollens de bouleau, chêne et graminées gêneront les allergiques avec un risque de niveau faible à moyen. Seules les rares averses de pluie pourront limiter un peu la dispersion des pollens dans l'air. Le risque d'allergie sera en augmentation dans les semaines à venir pour les pollens de graminées qui deviendront vite la principale gêne des allergiques surtout lors des journées ensoleillées. Pas de risque d'allergie en revanche pour les pollens de pin qui ne sont pas allergisants.

Aides régionales complémentaires :

Lig'Air - ARS Centre Val de Loire

BULLETIN ALLERGO-POLLINIQUE 2021
N°18 édité le 07 mai
du 07 au 14 mai

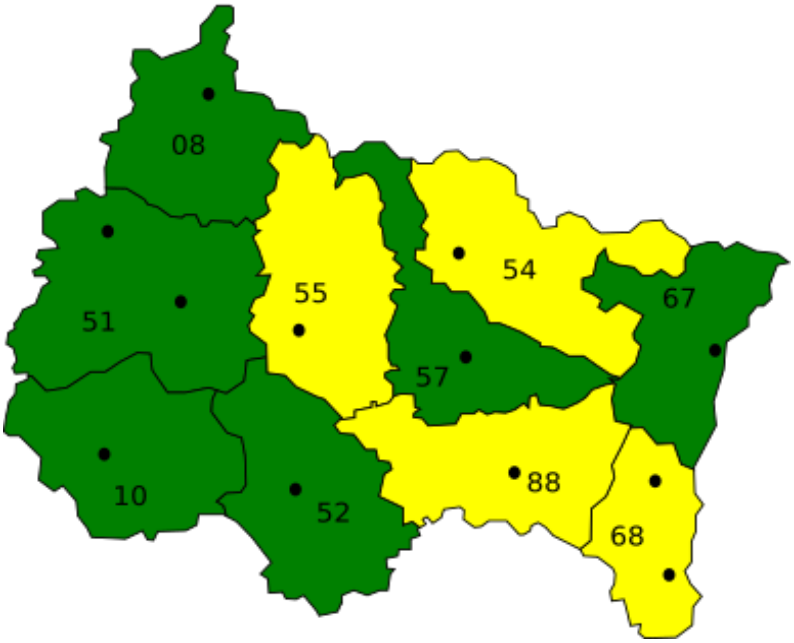
REGION GRAND EST

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

55	
Bouleau	
Platane	
Saule	
Graminées	

57	
Bouleau	
Platane	
Saule	
Graminées	

08	
Bouleau	
Saule	
Platane	
Graminées	



54	
Saule	
Platane	
Bouleau	
Graminées	

51	
Bouleau	
Saule	
Frêne	
Graminées	

67	
Platane	
Bouleau	
Chêne	
Graminées	

10	
Bouleau	
Frêne	
Platane	
Graminées	

68	
Bouleau	
Platane	
Saule	
Graminées	

52	
Bouleau	
Platane	
Saule	
Graminées	

88	
Bouleau	
Platane	
Saule	
Graminées	

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

Commentaire :

Dans le ciel des allergiques on retrouvera des pollens de bouleau, platane, saule, chêne, frêne et graminées avec un risque d'allergie de niveau faible à moyen selon les départements. Le risque d'allergie baissera lors des journées pluvieuses mais sera en hausse lors des belles journées ensoleillées et chaudes annoncées ce week-end. Les allergiques doivent bien suivre leurs traitements et redoubler de prudence.

Aides régionales complémentaires :

Atmo Grand Est - Nouvel Hôpital Universitaire de Strasbourg

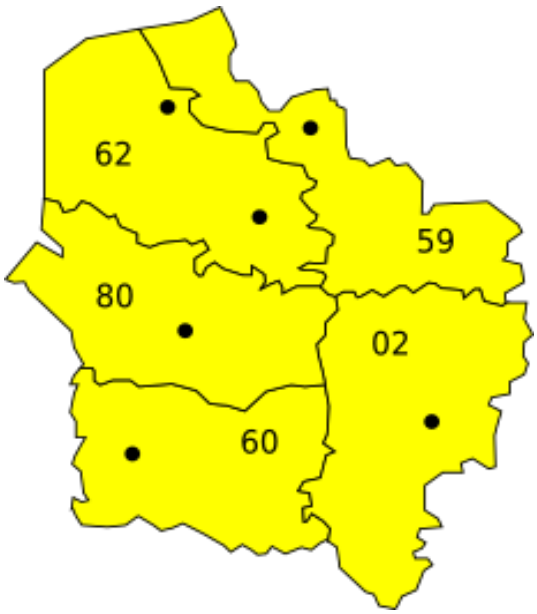
BULLETIN ALLERGO-POLLINIQUE 2021
N°18 édité le 07 mai
du 07 au 14 mai

REGION HAUTS DE FRANCE

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

62	
Bouleau	
Saule	
Platane	
Graminées	

80	
Bouleau	
Saule	
Chêne	
Graminées	



60	
Bouleau	
Chêne	
Platane	
Graminées	

59	
Bouleau	
Saule	
Platane	
Graminées	

02	
Bouleau	
Saule	
Frêne	
Graminées	

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

Commentaire :
Alerte jaune sur la région pour les pollens de bouleau qui sont en fin de floraison. Ils passent le relais aux pollens de graminées qui deviendront vite la principale gêne des allergiques avec des concentrations qui seront en hausse ces prochaines semaines. Les averses de pluie seront les seules à pouvoir apporter un peu de répit aux allergiques.

Aides régionales complémentaires :

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

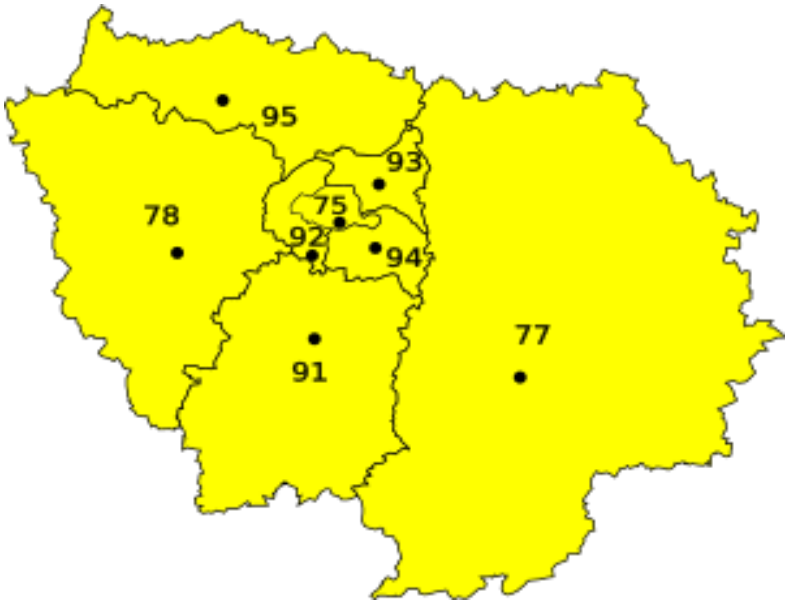
REGION ILE DE FRANCE

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

95	
Bouleau	
Chêne	
Platane	
Graminées	

93	
Bouleau	
Chêne	
Platane	
Graminées	

78	
Bouleau	
Chêne	
Cupressacées	
Graminées	



77	
Bouleau	
Chêne	
Platane	
Graminées	

91	
Bouleau	
Chêne	
Platane	
Graminées	

75	
Bouleau	
Chêne	
Platane	
Graminées	

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

92	
Bouleau	
Chêne	
Platane	
Graminées	

94	
Bouleau	
Chêne	
Platane	
Graminées	

Commentaire :
Le cocktail des pollens de bouleau, chêne et graminées donnera un risque d'allergie de niveau moyen lors des journées ensoleillées. Les allergiques pourront mieux respirer les jours de pluie. Les pollens de graminées prendront le relais des pollens d'arbre et deviendront vite la principale gêne des allergiques ces prochaines semaines. La vigilance est donc de mise pour les allergiques qui doivent bien suivre leurs traitements.

Aides régionales complémentaires :

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

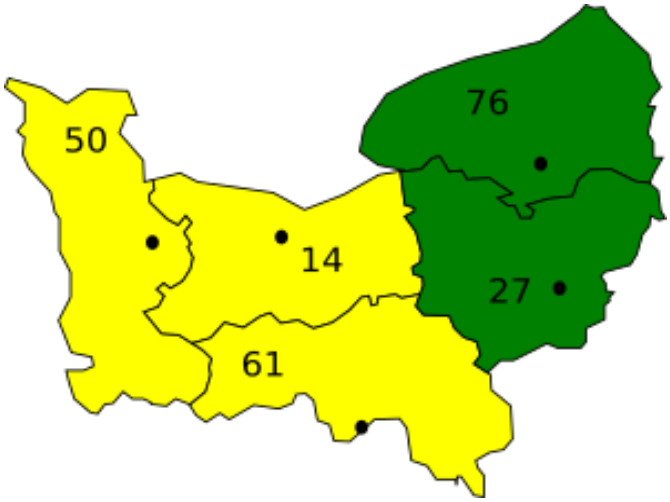
REGION NORMANDIE

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

14	
Bouleau	
Chêne	
Saule	
Graminées	

76	
Bouleau	
Chêne	
Cupressacées	
Graminées	

50	
Chêne	
Bouleau	
Cupressacées	
Graminées	



27	
Bouleau	
Chêne	
Cupressacées	
Graminées	

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

61	
Chêne	
Bouleau	
Graminées	
Cupressacées	

Commentaire :
Les pollens de chêne et de bouleau gardent la tête du classement avec un risque d'allergie de niveau faible à moyen. Les allergiques doivent aussi se méfier des pollens de graminées qui montent en puissance et seront très présents lors des belles journées ensoleillées avec un risque d'allergie de niveau moyen.

Aides régionales complémentaires :

Air Normand - APRIAN

BULLETIN ALLERGO-POLLINIQUE 2021
N°18 édité le 07 mai
du 07 au 14 mai

REGION NOUVELLE-AQUITAINE

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

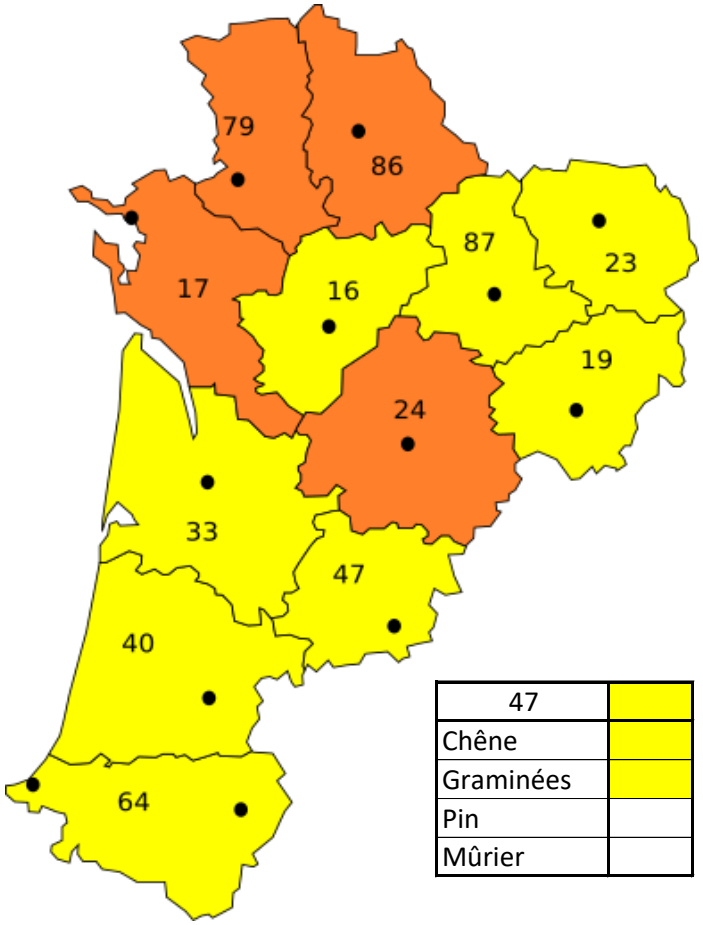
79	
Chêne	
Graminées	
Bouleau	
Cupressacées	

16	
Chêne	
Pin	
Graminées	
Cupressacées	

86	
Chêne	
Pin	
Graminées	
Cupressacées	

87	
Chêne	
Pin	
Graminées	
Platane	

17	
Chêne	
Graminées	
Cupressacées	
Bouleau	



23	
Chêne	
Pin	
Graminées	
Platane	

33	
Chêne	
Pin	
Cupressacées	
Graminées	

19	
Chêne	
Pin	
Graminées	
Platane	

40	
Chêne	
Pin	
Cupressacées	
Graminées	

24	
Chêne	
Pin	
Graminées	
Oseille	

64	
Chêne	
Pin	
Graminées	
Platane	

47	
Chêne	
Graminées	
Pin	
Mûrier	

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

Commentaire :

Les pollens de chêne sont les plus abondants dans l'air avec un risque d'allergie de niveau moyen. Mais les allergiques doivent surtout se méfier des pollens de graminées avec des conditions météorologiques estivales ce w-end et qui favoriseront leur dissémination dans l'air avec un risque d'allergie parfois élevé. Pas de risque pour les pollens de pin qui ne sont pas allergisants.

Aides régionales complémentaires :

ARS Nouvelle-Aquitaine - Atmo Nouvelle-Aquitaine

BULLETIN ALLERGO-POLLINIQUE 2021
N°18 édité le 07 mai
du 07 au 14 mai

REGION OCCITANIE

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

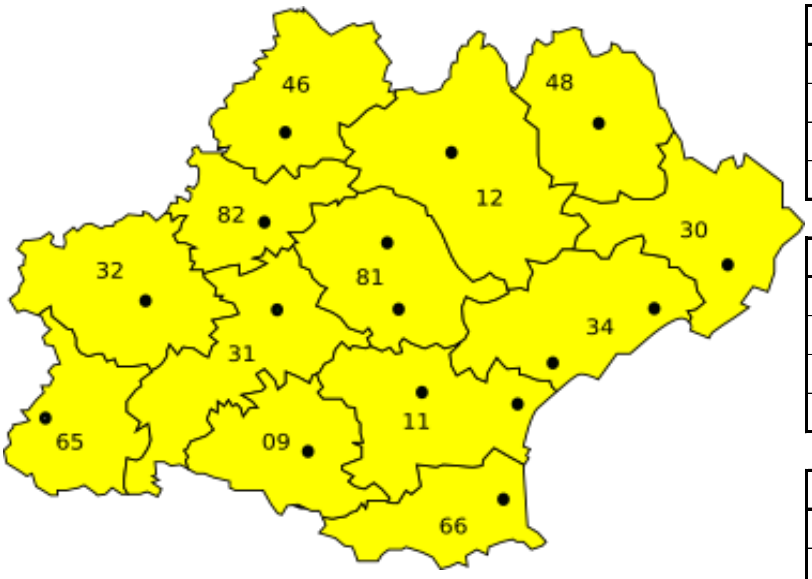
82	
Chêne	
Graminées	
Pin	
Mûrier	

46	
Chêne	
Frêne	
Cupressacées	
Graminées	

48	
Chêne	
Mûrier	
Graminées	
Platane	

12	
Chêne	
Mûrier	
Graminées	
Platane	

32	
Chêne	
Graminées	
Pin	
Mûrier	



30	
Chêne	
Graminées	
Pin	
Mûrier	

34	
Chêne	
Urticacées	
Cupressacées	
Graminées	

81	
Chêne	
Mûrier	
Graminées	
Platane	

11	
Chêne	
Mûrier	
Urticacées	
Graminées	

65	
Chêne	
Graminées	
Pin	
Mûrier	

31	
Chêne	
Mûrier	
Graminées	
Platane	

09	
Chêne	
Mûrier	
Graminées	
Platane	

66	
Chêne	
Mûrier	
Urticacées	
Graminées	

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

Commentaire :

L'ensemble de la région est en risque d'allergie moyen pour les pollens de chêne et de graminées. Les risques d'allergie seront en baisse lors des journées pluvieuses et en hausse lors des journées ensoleillées. Les allergiques doivent bien suivre leurs traitements. Les muriers et les pins sont en floraison mais ne gêneront pas les allergiques.

Aides régionales complémentaires :

ARS Occitanie - CHU de Nîmes

REGION PAYS DE LOIRE

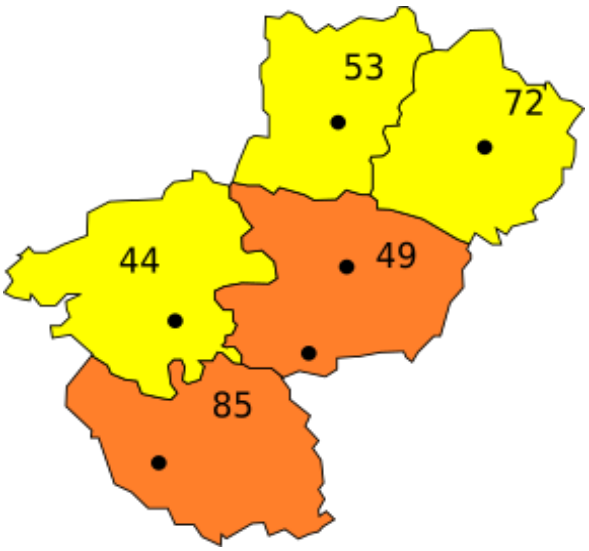
Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)

53	
Chêne	
Bouleau	
Graminées	
Cupressacées	

72	
Chêne	
Bouleau	
Graminées	
Pin	

44	
Chêne	
Bouleau	
Graminées	
Pin	

49	
Chêne	
Bouleau	
Graminées	
Pin	



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

85	
Chêne	
Oseille	
Platane	
Graminées	

Commentaire :
Le risque d'allergie sera moyen à élevé pour les pollens de graminées qui sont en augmentation. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens de chêne et plus faible pour les pollens d'oseille, de plantain, de platane et de bouleau. Attention aux journées ensoleillées, venteuses et chaudes qui favoriseront la dispersion des pollens dans l'air. Les allergiques doivent bien suivre leurs traitements.

Aides régionales complémentaires :

Air Pays de Loire

BULLETIN ALLERGO-POLLINIQUE 2021
N°18 édité le 07 mai
du 07 au 14 mai

REGION PROVENCE ALPES CÔTES D'AZUR - CORSE

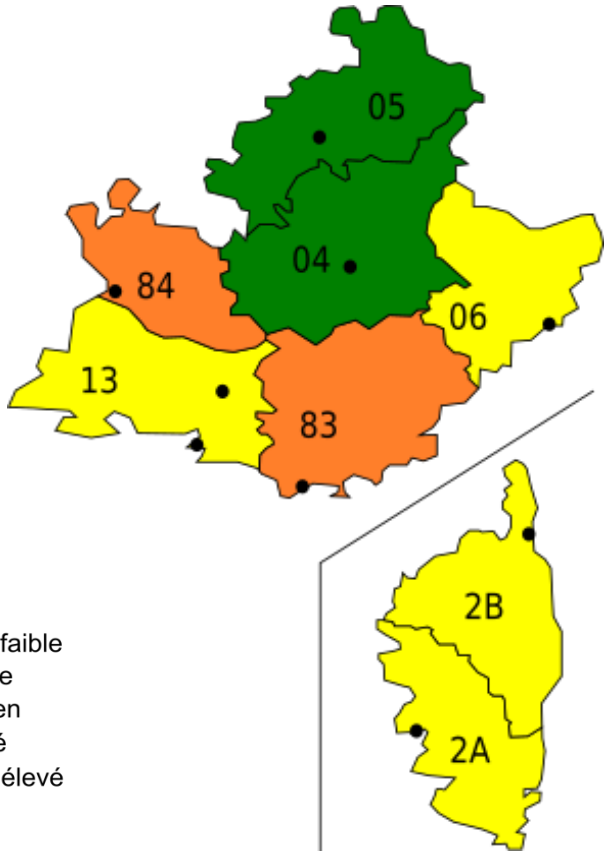
Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)

04	
Platane	
Chêne	
Cupressacées	
Peuplier	

05	
Platane	
Chêne	
Cupressacées	
Peuplier	

06	
Chêne	
Urticacées	
Graminées	
Olivier	

84	
Chêne	
Mûrier	
Graminées	
Cupressacées	



83	
Chêne	
Urticacées	
Cupressacées	
Graminées	

13	
Chêne	
Mûrier	
Cupressacées	
Graminées	

2B	
Chêne	
Urticacées	
Ericacées	
Graminées	

2A	
Chêne	
Urticacées	
Ericacées	
Graminées	

Commentaire :
Les graminées sont en pleine floraison et gêneront les allergiques surtout lors des journées ensoleillées et venteuses avec un risque d'allergie moyen à localement élevé. Les chênes et les pariétaires (urticacées) sont aussi en pleine floraison avec un risque d'allergie de niveau moyen. Pas de risque pour les pollens de murier et de pin. A noter aussi le début de floraison des oliviers avec un risque d'allergie associé de niveau faible.

Aides régionales complémentaires :

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