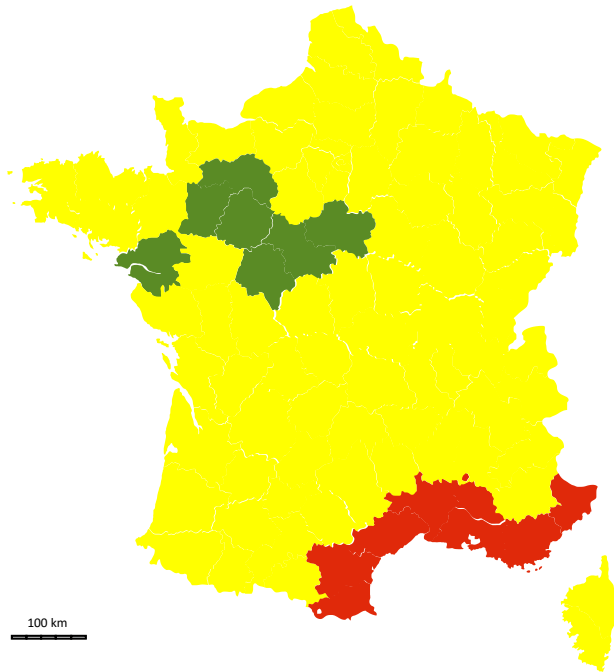


## Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)


**Légende**

- Elevé
- Moyen
- Faible
- Nul

**La pluie la meilleure alliée des allergiques !**

La pluie fait son grand retour en France dans de nombreuses régions et elle vient plaquer les pollens au sol et apporter un peu de répit aux allergiques. Les risques d'allergies sont en baisse partout sauf malheureusement autour de la Méditerranée où il ne pleut pas et où le risque d'allergie reste élevé pour les pollens de Cupressacées (cyprès...). Les aulnes (famille des bétulacées) poursuivent leur floraison avec un risque d'allergie de niveau faible à moyen. Ils sont favorisés par la grande douceur qui touche tout le pays et qui favorise l'émission des pollens dans l'air.

Les noisetiers terminent quant à eux leur pollinisation et ne gêneront bientôt plus les allergiques avec un risque qui ne dépassera pas le niveau faible.

D'autres arbres sont aussi actuellement en floraison comme les frênes, charmes, ormes, saules et peupliers avec un risque d'allergie associé qui ne devrait toutefois pas dépasser le niveau faible.

Les premiers pollens de bouleau arriveront d'ici la fin du mois et les allergiques doivent se préparer à des semaines à venir plus compliquées. Les pollens de pariétaire (Urticacées) restent présents autour de la Méditerranée avec un risque d'allergie de niveau faible.

Les nombreuses averses de pluie au programme de ces prochains jours viendront lessiver les pollens dans l'air mais attention aux périodes ensoleillées, printanières et venteuses entre les averses qui favoriseront à l'inverse l'émission et la dispersion des pollens dans l'air. Un fort coup de vent est annoncé ce vendredi 10 mars sur une grande partie du pays et favorisera l'envol des fortes concentrations polliniques là où il ne pleuvra pas ainsi que les phénomènes de conjonctivites (yeux qui piquent et qui sont larmoyants) chez les personnes allergiques.

Quelques conseils pratiques pour les allergiques pour limiter leurs expositions aux pollens et leurs 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 dans certaines grandes villes.

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

Noisetiers



Aulnes



Cupressacées



Frênes



Urticacées



Saules



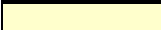


Peupliers



Charmes



**LEGENDE**

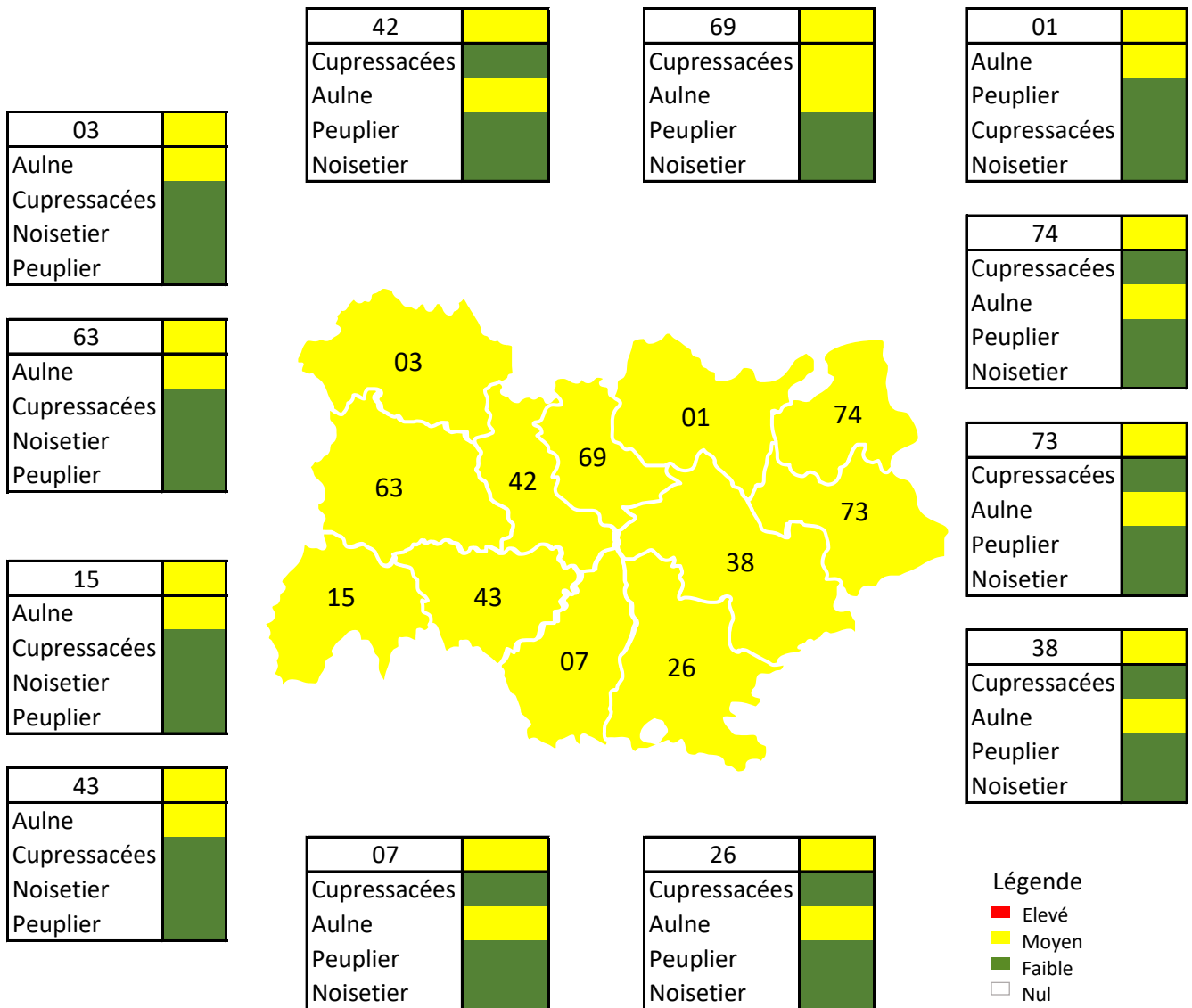
-  Pas encore en floraison
-  En floraison
-  Floraison terminée

Commentaires :

Lyon : Le Noisetier, le Cyprès, et l'Aulne poursuivent leur floraison

**REGION AUVERGNE RHÔNE ALPES**

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

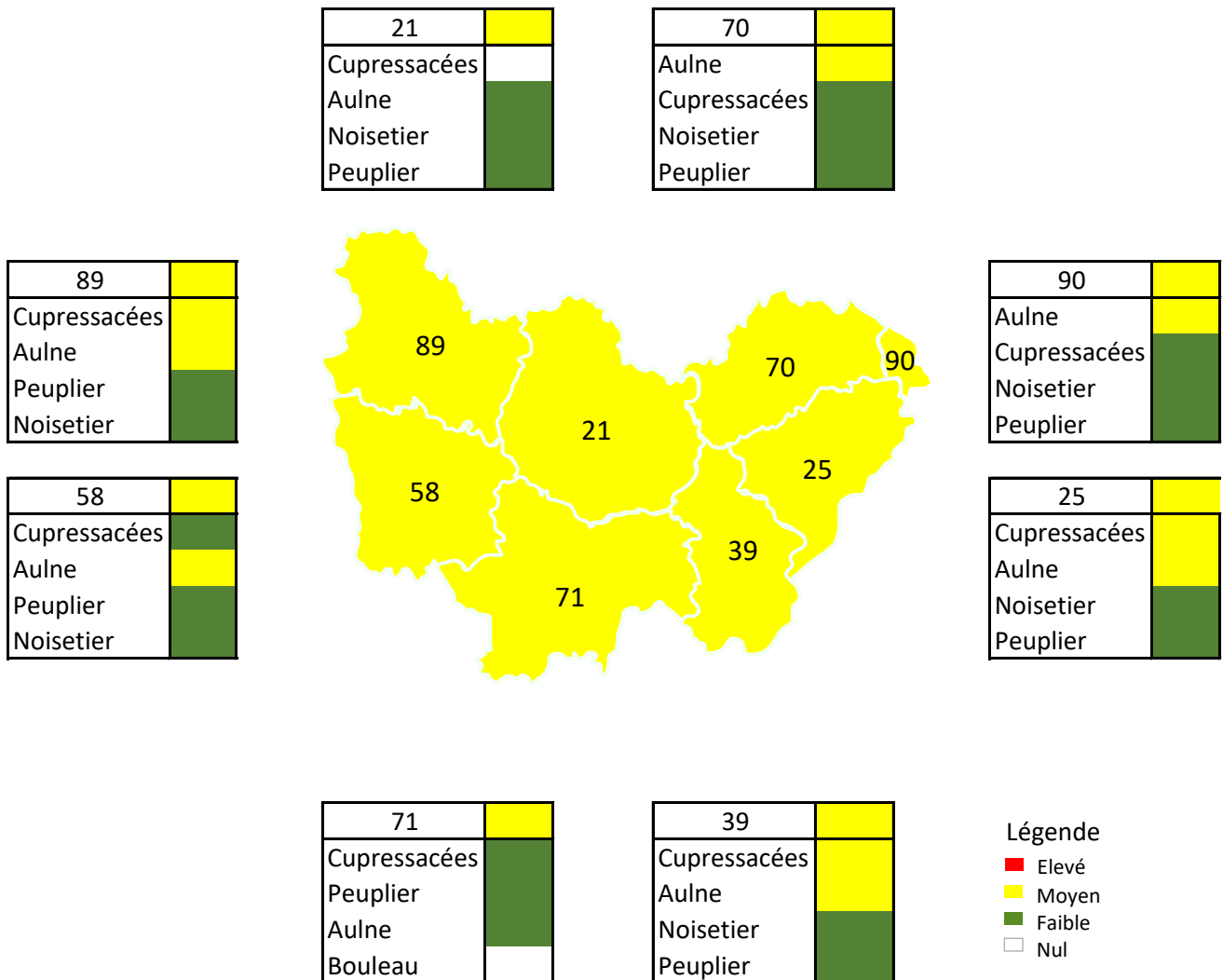


**Commentaire :**  
 La pluie vient plaquer les pollens au sol et apporter du répit aux allergiques. Le risque d'allergie ne dépassera pas le niveau moyen ces prochains jours pour les pollens d'aulne et de Cupressacées (cyprès...) qui sont les plus abondants. Le risque d'allergie sera plus faible pour les pollens de peuplier et de noisetier. Les allergiques doivent profiter des journées de pluie car le soleil et le printemps reviendront et les concentrations polliniques repartiront à la hausse avec le grand retour à la fin du mois des pollens de bouleau qui sont très 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

**REGION BOURGOGNE FRANCHE COMTE**

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



**Commentaire :**

En attendant l'arrivée d'ici environ 2 semaines des premiers pollens de bouleau, les allergiques doivent se méfier essentiellement des pollens d'aulne et de Cupressacées (cyprès) qui seront responsables d'un risque d'allergie de niveau faible à moyen. Le pluie viendra plaquer les pollens au sol et apportera du répit aux allergiques. Les noisetiers arrivent en fin de floraison et ne gêneront plus vraiment les allergiques avec un risque de niveau faible. Les peupliers sont en pleine floraison mais sont peu allergisants avec un risque qui ne dépassera pas le niveau faible.

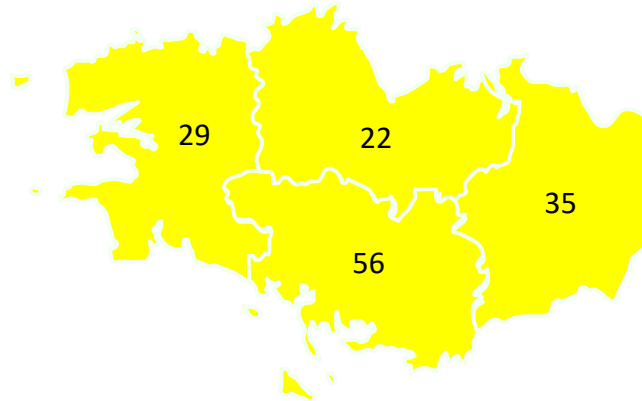
Aides régionales complémentaires :  
Ville de Chalon sur Saône - Atmo Bourgogne Franche Comté

**REGION BRETAGNE**

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

22	
Aulne	
Cupressacées	
Peuplier	
Noisetier	

29	
Aulne	
Cupressacées	
Noisetier	
Pin	



35	
Aulne	
Cupressacées	
Noisetier	
Peuplier	

56	
Aulne	
Cupressacées	
Noisetier	
Peuplier	

Légende

- Elevé
- Moyen
- Faible
- Nul

Commentaire :

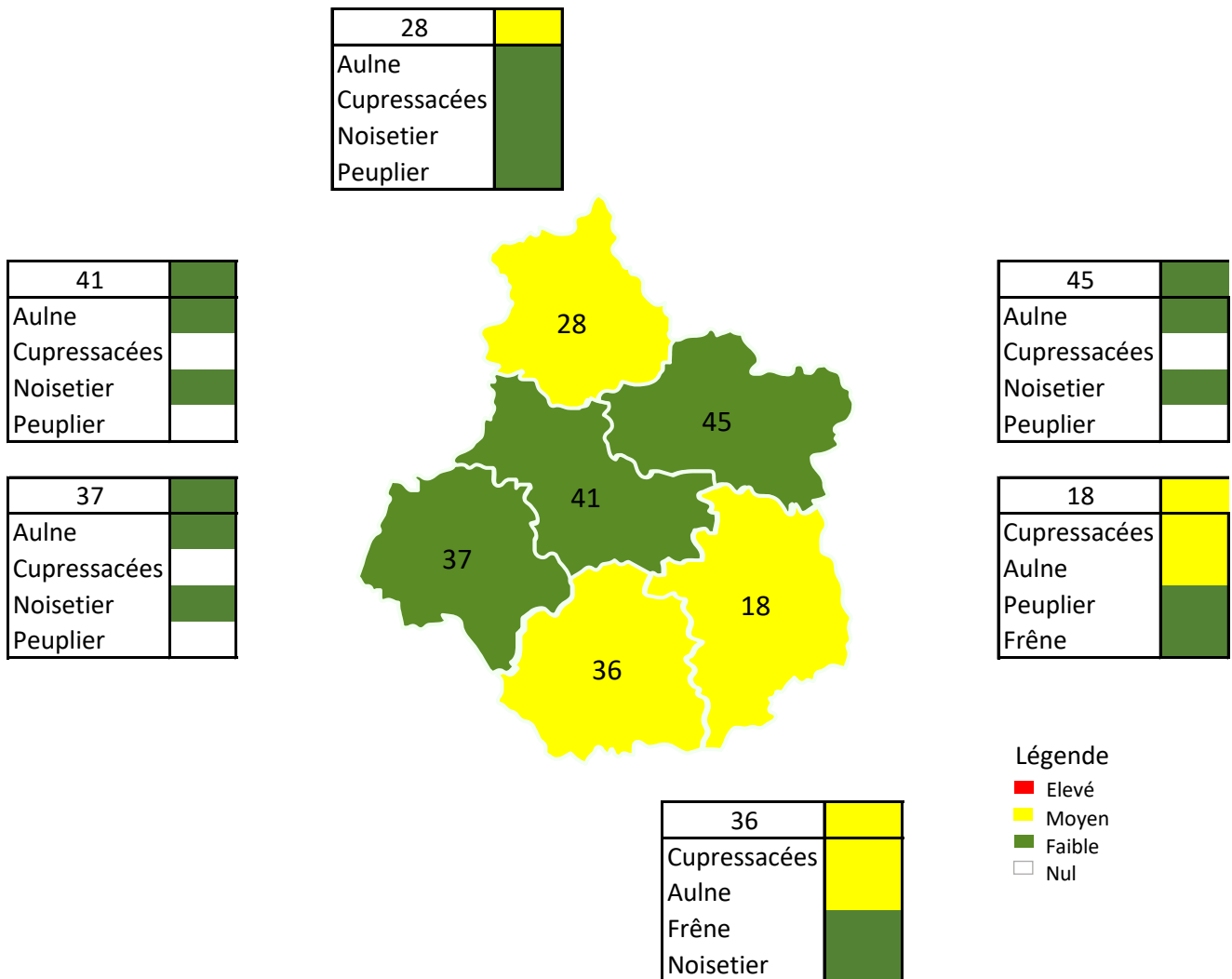
Les aulnes poursuivent leur floraison et gardent la tête du classement des pollens avec un risque associé de niveau moyen. Ils sont accompagnés par les pollens de noisetier qui arrivent en fin de floraison avec un risque d'allergie qui ne dépassera pas le niveau faible et par les pollens de Cupressacées (cyprés...), peuplier et frêne avec aussi un risque faible. Les premiers pollens de bouleau devraient arriver à la fin du mois et ils gêneront vite les allergiques.

Aides régionales complémentaires :

Association CAPT'AIR

**REGION CENTRE VAL DE LOIRE**

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

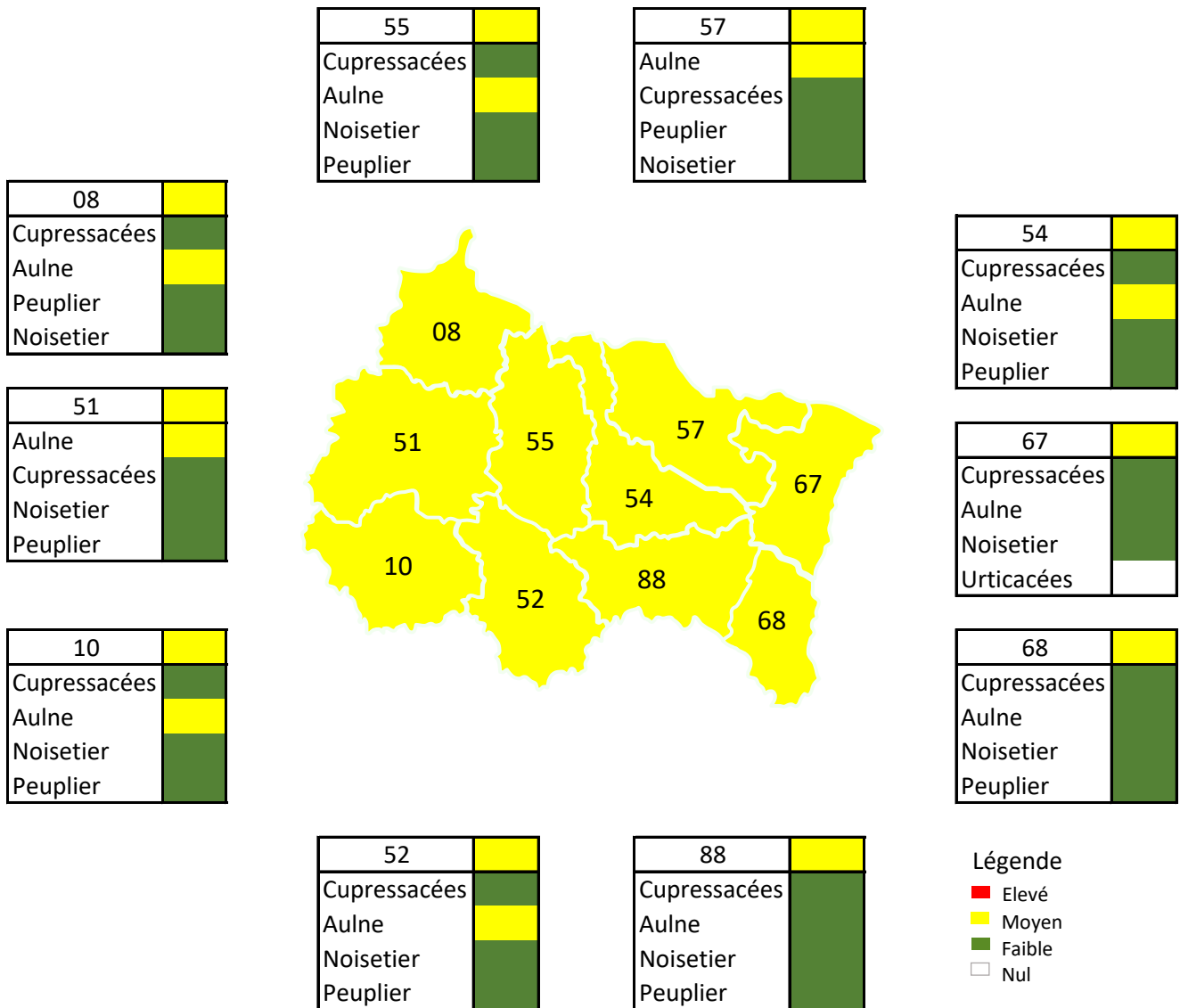


**Commentaire :**  
 Les pollens d'aulne et de Cupressacées (cyrès...) sont en tête avec un risque d'allergie associé de niveau faible à moyen selon les départements. Le retour de la pluie viendra plaquer les pollens au sol et fera baisser voir disparaître les risques d'allergies. Les frênes, noisetiers et peupliers sont aussi présents dans l'air mais avec un risque d'allergie de niveau faible.

Aides régionales complémentaires :  
 Lig'Air - ARS Centre Val de Loire

**REGION GRAND EST**

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

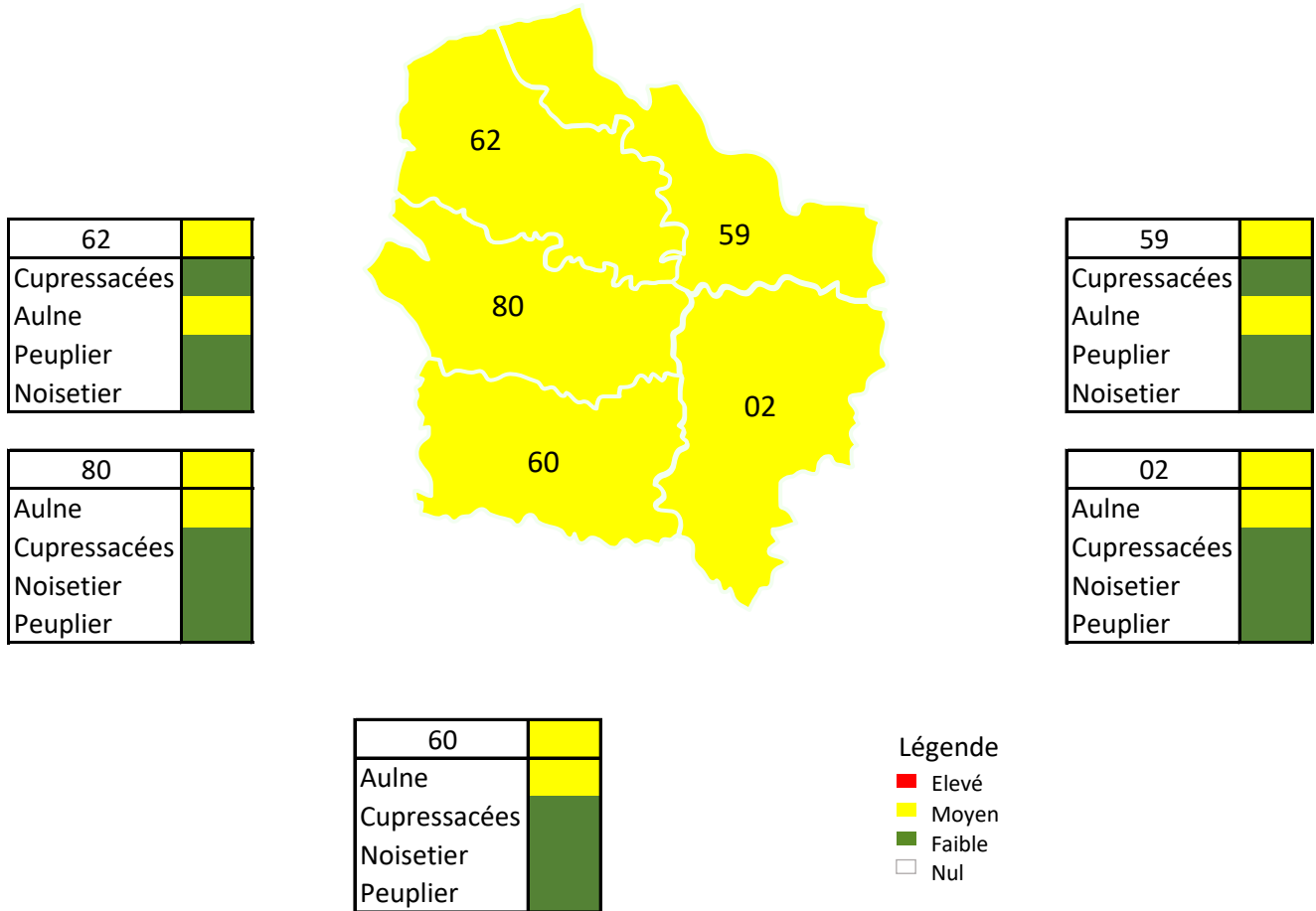


**Commentaire :**  
 Les risques d'allergies sont en diminution grâce au retour de la pluie qui vient plaquer les pollens au sol et apporte ainsi du répit aux allergiques. Attention toutefois aux journées plus douces et ensoleillées qui favoriseront la dissémination des pollens dans l'air. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens d'aulne et faible pour les pollens de noisetier, peuplier, cupressacées et frêne. Les allergiques aux pollens de bouleau doivent se préparer à bientôt commencer leurs traitements car les premiers pollens pointeront le bout de leur nez dans environ 2 semaines.

Aides régionales complémentaires :  
 Atmo Grand Est - Nouvel Hôpital Universitaire de Strasbourg

**REGION HAUTS DE FRANCE**

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



**Commentaire :**  
 Cette semaine, la pluie, le froid et la neige sont venu plaquer les pollens au sol et apporter du répit aux allergiques. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens d'aulne qui pourront chatouiller le nez des allergiques lors des périodes ensoleillées entre 2 averses de pluie. Le risque d'allergie sera plus faible pour les pollens de Cupressacées (cyprès...), noisetier et peuplier. Les allergiques doivent se préparer aussi au début de floraison des bouleaux d'ici la fin du mois.

**Aides régionales complémentaires :**  
 Atmo Hauts de France - Association pour la Prévention de la Pollution Atmosphérique de Hauts de France



**REGION ILE DE FRANCE**

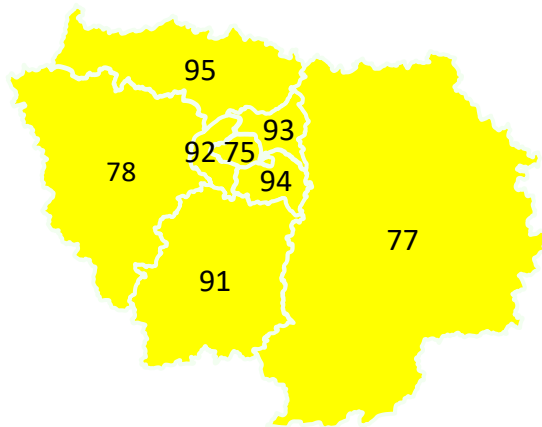
Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)

95	
Cupressacées	
Aulne	
Noisetier	
Peuplier	

93	
Cupressacées	
Aulne	
Noisetier	
Peuplier	

78	
Cupressacées	
Aulne	
Noisetier	
Peuplier	

77	
Cupressacées	
Aulne	
Noisetier	
Peuplier	



91	
Cupressacées	
Aulne	
Noisetier	
Peuplier	

75	
Cupressacées	
Aulne	
Orme	
Noisetier	

Légend

- Elevé
- 
- 

92	
Cupressacées	
Aulne	
Noisetier	
Peuplier	

94	
Cupressacées	
Aulne	
Noisetier	
Peuplier	

--

Commentaire :

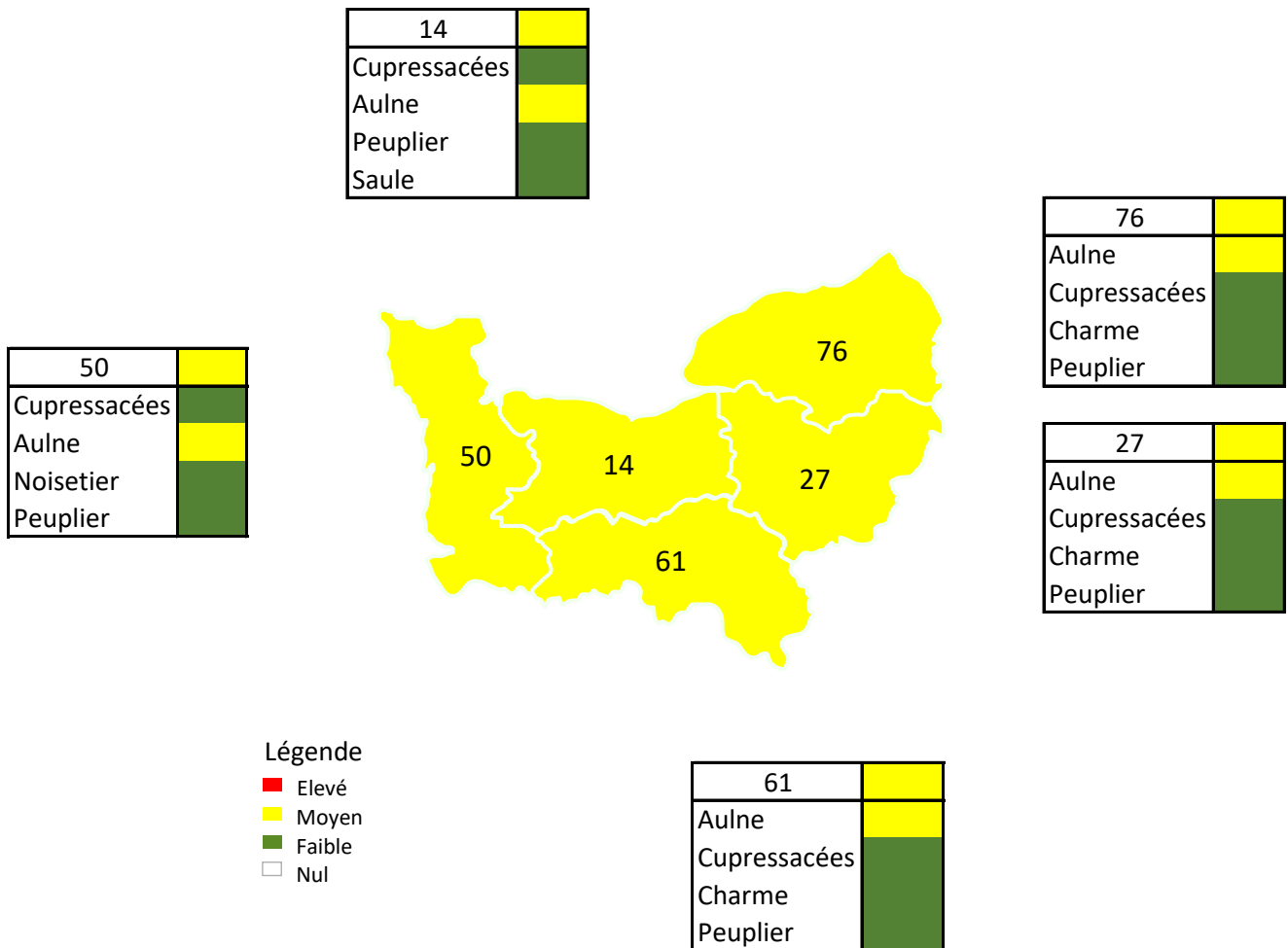
Les fréquentes averses de pluie de ces prochains jours viendront plaquer les pollens au sol et apporteront un peu de répit aux allergiques. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens d'aulne et faible pour les pollens de Cupressacées (cyprès...), peuplier et noisetier. Les bouleaux entreront en floraison à la fin du mois et deviendront la principale gêne des allergiques.

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)



**Commentaire :**  
 Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens d'aulne et plus faible pour ceux de noisetier, peuplier, saule, charme et Cupressacées. Les allergiques pourront mieux respirer sous les averses de pluie qui viendront plaquer les pollens au sol mais devront se méfier des périodes plus douces, ensoleillées et venteuses. Attention à l'arrivée d'ici environ 2 semaines des premiers pollens de bouleau qui sont très allergisants.

Aides régionales complémentaires :  
 Air Normand - APRIAN

**REGION NOUVELLE-AQUITAINE**

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

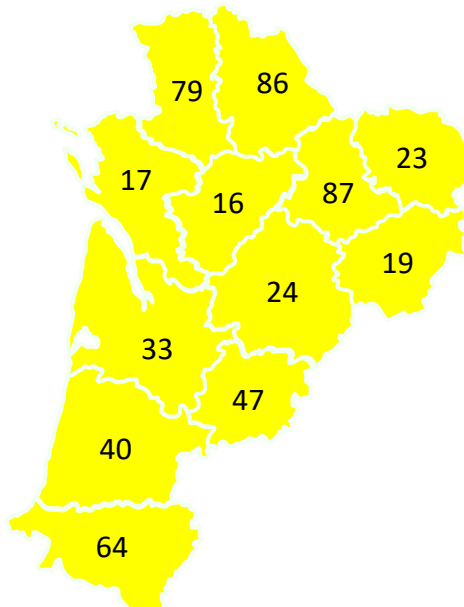
79	
Cupressacées	
Aulne	
Frêne	
Peuplier	

16	
Aulne	
Cupressacées	
Noisetier	
Frêne	

86	
Cupressacées	
Aulne	
Frêne	
Noisetier	

87	
Aulne	
Cupressacées	
Noisetier	
Peuplier	

17	
Aulne	
Cupressacées	
Frêne	
Noisetier	



23	
Aulne	
Cupressacées	
Noisetier	
Peuplier	

33	
Aulne	
Cupressacées	
Frêne	
Noisetier	

19	
Aulne	
Cupressacées	
Noisetier	
Peuplier	

40	
Aulne	
Cupressacées	
Peuplier	
Frêne	

24	
Cupressacées	
Aulne	
Noisetier	
Peuplier	

64	
Aulne	
Cupressacées	
Peuplier	
Frêne	

47	
Cupressacées	
Aulne	
Noisetier	
Peuplier	

Légende

- Elevé
- Moyen
- Faible
- Nul

Commentaire :

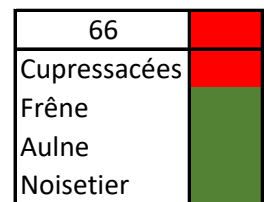
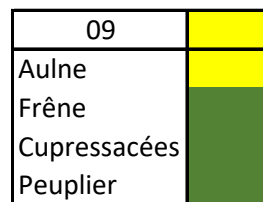
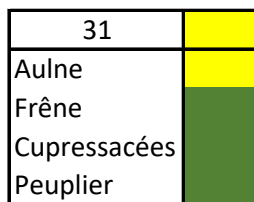
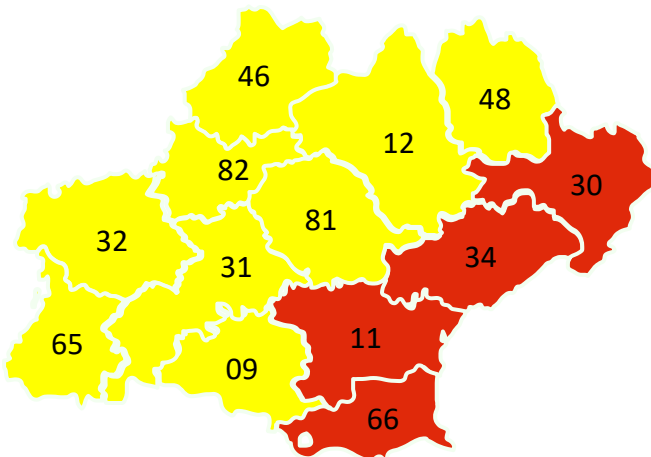
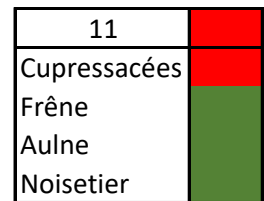
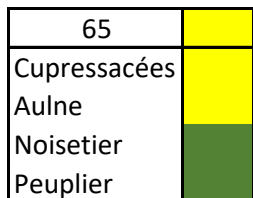
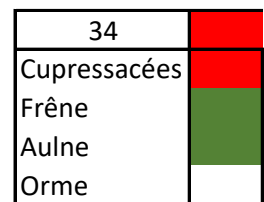
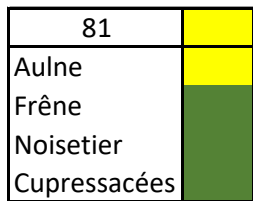
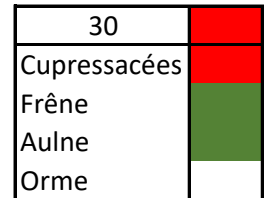
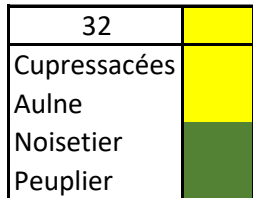
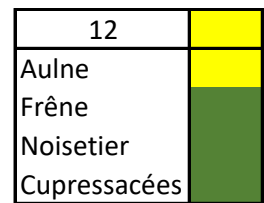
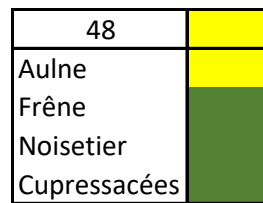
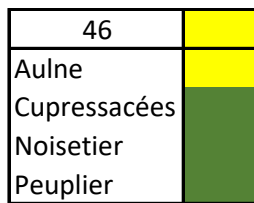
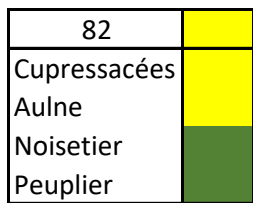
Dans la région on retrouve des pollens de Cupressacées (cyprés...) et aulne avec un risque de niveau moyen ainsi que des pollens de peuplier, noisetier et frêne avec un risque d'allergie de niveau faible. Le temps printanier et venteux favorisera la dispersion des pollens dans l'air et pourra faire monter les risques d'allergies mais la pluie pourra à l'inverse venir apporter du répit aux allergiques.

Aides régionales complémentaires :

ARS Nouvelle-Aquitaine - Atmo Nouvelle-Aquitaine

**REGION OCCITANIE**

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



Légende

- Elevé
- Moyen
- Faible
- Nul

Commentaire :

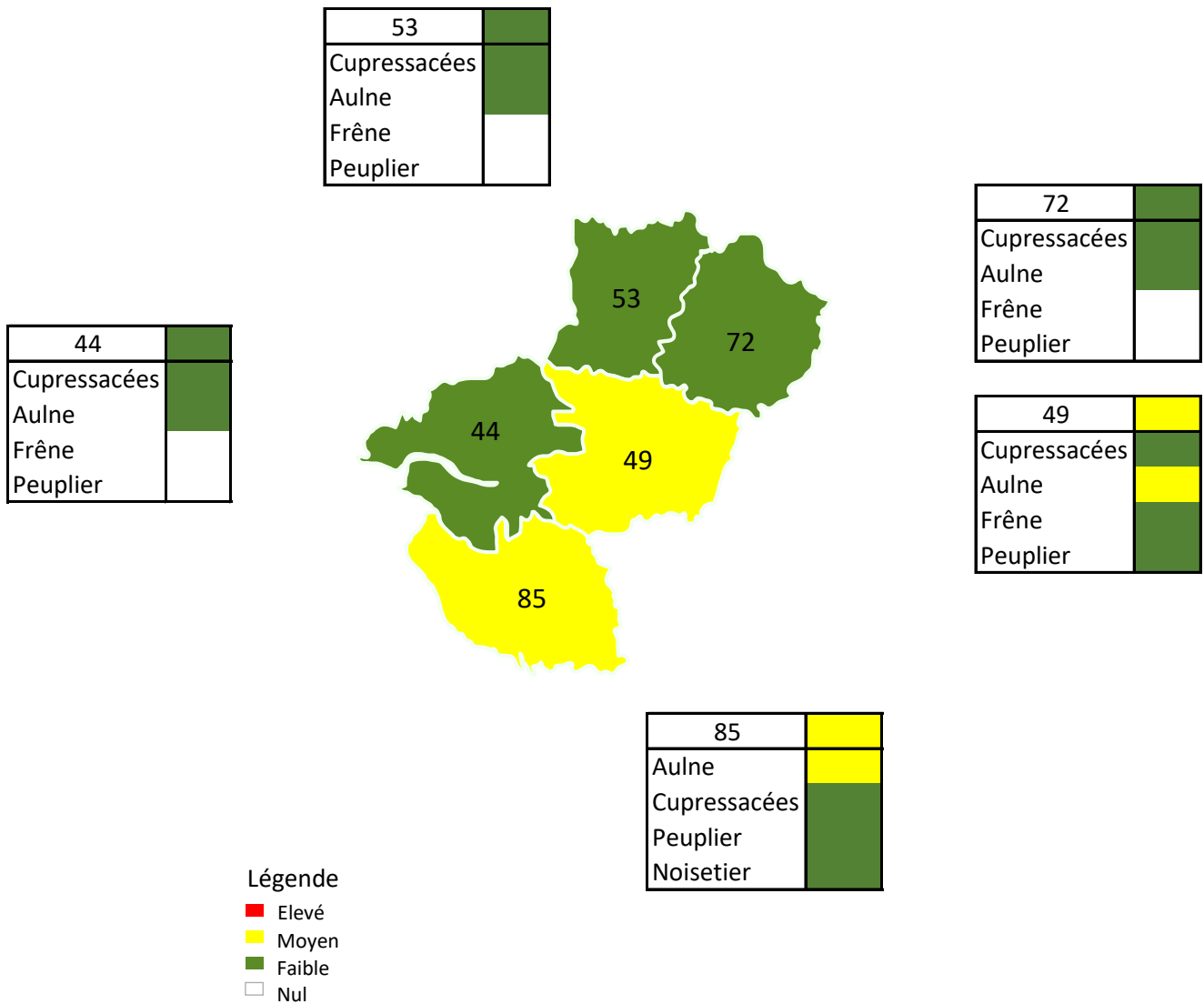
Dans l'ouest de la région, le risque d'allergie sera moyen pour les pollens d'aulne et de Cupressacées (cyprès...) qui sont les plus abondants. Et dans l'est, dans les départements autour de la Méditerranée, on retrouvera surtout des pollens de Cupressacées (cyprès...) avec un risque d'allergie associé de niveau élevé. Les frênes, noisetiers et peupliers sont aussi en floraison mais avec un risque d'allergie plus faible. Attention au vent fort annoncé ces prochains jours qui favorisera la dispersion des pollens dans l'air et aggravera les conjonctivites chez les allergiques.

Aides régionales complémentaires :

ARS Occitanie - CHU de Nîmes

**REGION PAYS DE LOIRE**

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

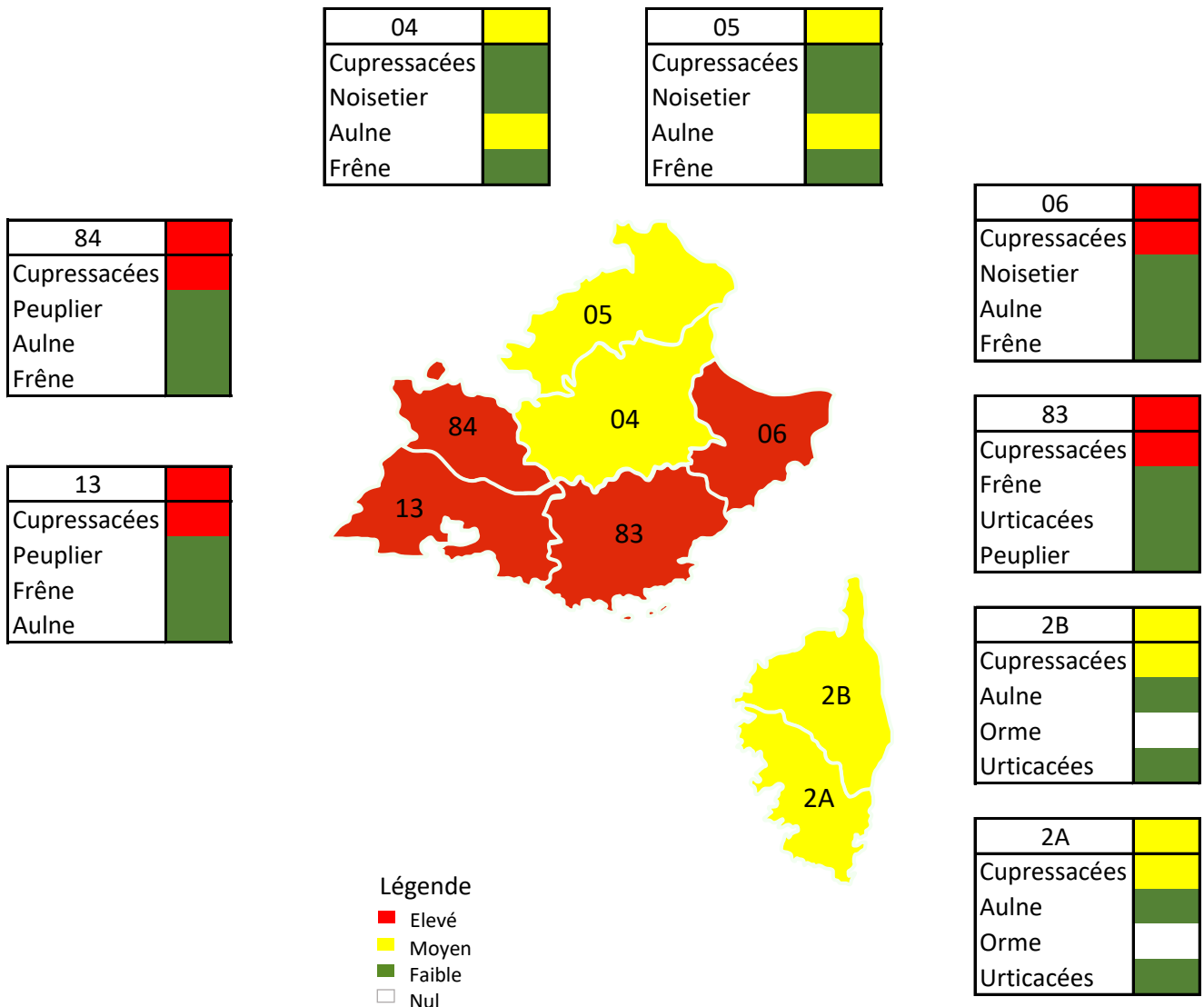


**Commentaire :**  
 Dans le ciel des allergiques on retrouvera des pollens d'aulne avec un risque d'allergie de niveau faible à moyen. Les pollens de noisetier perdent du terrain avec un risque d'allergie qui ne dépassera pas le niveau faible. Attention aux bouleaux qui vont bientôt entrer en floraison et gêneront surtout les allergiques en avril.

Aides régionales complémentaires :  
 Air Pays de Loire

**REGION PROVENCE ALPES CÔTES D'AZUR - CORSE**

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



**Commentaire :**  
 Les allergiques doivent encore se méfier des pollens de Cupressacées (cyprés...) qui n'ont pas dit leur dernier mot avec des concentrations qui resteront modérées à la faveur d'un temps printanier et venteux. Les allergiques doivent redoubler de prudence et bien suivre leurs traitements. Le risque d'allergie sera moyen dans les alpes pour les pollens d'aulne et plus faible pour ceux de noisetier qui arrivent en fin de floraison. On retrouvera aussi dans la région des pollens de frêne, peuplier et urticacées avec un risque d'allergie de niveau faible.

Aides régionales complémentaires :  
 ARS Provence Alpes Côtés d'Azur - AECAP - Air Provence Alpes Côtés d'Azur