

Pollen-Chaos im Frühling: Allergiker müssen stark leiden!

Aktuelle Warnung des DWD zur hohen Pollenbelastung in Deutschland. Tipps für Allergiker zur Vermeidung von Symptomen.



Oberrhein und unteres Neckartal, Deutschland - Die Frühlingszeit zieht viele Menschen nach draußen, doch für Allergiker bringt sie gleichzeitig eine hohe Pollenbelastung mit sich. Der **Deutsche Wetterdienst (DWD)** warnt vor einer besonders starken Belastung durch Birken- und Eschenpollen. Aktuelle Daten zeigen, dass die Konzentrationen von Birkenpollen in der Luft als aggressive Allergieauslöser gelten, was viele Menschen betrifft.

Der DWD bietet auch einen tagesaktuellen „Pollenflug-Gefahrenindex“ an, der für acht allergologisch relevante Pollenarten erstellt wird: Hasel, Erle, Esche, Birke, Süßgräser, Roggen, Beifuß und Ambrosia. Vergangene Messungen belegen

eine hohe Belastung in verschiedenen deutschen Regionen, darunter das Oberrhein und das untere Neckartal sowie das Saarland und Teile von Niedersachsen.

Pollenbelastung und Gesundheitsrisiken

In den letzten Tagen ist auch die Belastung durch Eschenpollen erneut angestiegen, insbesondere in Regionen wie Bayern, dem Rhein-Main-Gebiet sowie Berliner und Brandenburger Gebieten. Schätzungen des Ärzteverbandes Deutscher Allergologen zufolge sind schätzungsweise 24 bis 36 Millionen Menschen in Deutschland auf Pollen sensibilisiert, wobei die Birken- und Gräserpollen am häufigsten betroffen sind. Diese Pollen können gesundheitliche Beschwerden wie Heuschnupfen und Asthma bronchiale auslösen, weshalb sich Allergiker in den kommenden Tagen auf verstärkte Symptome einstellen sollten.

Die Pollenbelastung wird erheblich von geografischen Lage und lokalen Witterungsbedingungen beeinflusst. An warmen, trockenen und windigen Tagen kommt es häufig zu höheren Konzentrationen von Allergenen in der Luft. Zudem kann die Kombination mit Luftschadstoffen die Wirkung der Pollen verstärken, was in belasteten Gebieten noch gravierender ist.

Tipps für Allergiker

Um Beschwerden zu lindern, empfiehlt der DWD eine Reihe von Maßnahmen, die Allergikern helfen können. Dazu gehören:

- Vermeidung des Aufenthalts im Freien an Tagen mit hoher Pollenbelastung.
- Nasenpflege mit salzhaltigen Nasensprays und Nasenspülungen.
- Schlafzimmer hygienisch gestalten: Fenster geschlossen halten und die Bettwäsche regelmäßig wechseln.
- Auto mit geschlossenem Fenster fahren und Mikrofilter regelmäßig wechseln.
- Outdoor-Aktivitäten zeitlich planen: In der Stadt vor 8

Uhr, auf dem Land nach 18 Uhr.

Wurde die Belastung als besonders unerträglich wahrgenommen, ist es ratsam, einen Arzt aufzusuchen, um gegebenenfalls geeignete Medikamente zur Linderung der Symptome zu erhalten.

Die Pollensaison hat sich in den letzten Jahren verlängert, was auf klimatische Veränderungen zurückzuführen ist. Der **Klimawandel** zeigt sich in der Zunahme von Hitzewellen und weiteren Extremwetterereignissen, die zur Anpassung der Blühzeiten von Pflanzen führen. Diese Entwicklungen machen eine frühzeitige und präzise Pollenprognose unerlässlich.

Ein wachsendes Bewusstsein für die Pollenbelastung und deren Auswirkungen auf die Gesundheit ist notwendig, um die Lebensqualität betroffener Personen zu verbessern. Präventive Maßnahmen und rechtzeitige Informationen durch Stellen wie den DWD können dabei eine Schlüsselrolle spielen.

In Anbetracht der aktuellen Lage sollten sich Allergiker stets informiert halten und präsentieren sich am besten optimal vorbereitet auf die Herausforderungen der Pollensaison.

Details	
Vorfall	Warnung
Ursache	Pollenbelastung
Ort	Oberrhein und unteres Neckartal, Deutschland
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.ruhr24.de• www.dwd.de• pmc.ncbi.nlm.nih.gov

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de