



>> SANTÉ ENVIRONNEMENTALE :

Les pollens sous surveillance en Bourgogne-Franche-Comté

Atmo face aux enjeux du changement climatique se doit de sensibiliser, informer, outiller ceux qui agissent sur les territoires de la région Bourgogne-Franche-Comté pour ouvrir la voie avec d'autres acteurs de la santé environnementale.

Les facteurs environnementaux aggravant ou favorisant les pics polliniques sur notre région

Le changement climatique a notamment pour conséquence de favoriser la migration dans notre région de certaines espèces végétales invasives qui peuvent être particulièrement allergisantes. C'est notamment le cas de l'ambrosie dont le développement en Bourgogne-Franche-Comté s'intensifie sous l'effet de la hausse des températures moyennes. Cet enjeu de santé environnementale n'est pas le seul à mettre en évidence des liens entre changement climatique et risques d'allergie aux pollens. Sur le champs de l'adaptation au changement climatique, les opérations de végétalisation de nos villes pour créer des îlots de fraîcheur urbains doivent ainsi intégrer une stratégie dans le choix des essences, afin d'éviter d'introduire de nouvelles sources de pollens allergènes au plus près des populations.

L'allergie aux pollens

Toutes les espèces végétales qui produisent des fleurs, si petites soient-elles, produisent du pollen. En période de pollinisation, celui-ci est transporté par le vent et les insectes. Ces minuscules grains jouent, dans certaines circonstances, le rôle d'allergènes. Ils provoquent par inhalation, en pénétrant dans les voies respiratoires des individus allergiques, des affections le plus souvent bénignes, parfois sévères, toujours gênantes voire invalidantes :

- **Au niveau du nez** : rhinite allergique (irritation et picotements du nez, éternuements à répétition, obstruction et congestion nasale, démangeaisons, altération de l'odorat... la rhinite allergique ressemble souvent à un rhume interminable dont on ne voit pas la fin. C'est en réalité une inflammation du nez)
- **Au niveau des bronches** : asthme (toux sans fièvre, gênes respiratoires lors d'un effort ou la nuit... l'inflammation des bronches se traduit par une diminution de leur calibre. Elles deviennent plus fragiles, plus réactives vis-à-vis de l'environnement, pouvant se resserrer brutalement : c'est l'asthme)

- **Au niveau des yeux** : conjonctivite allergique (des yeux qui rougissent, picotent et pleurent, des paupières qui gonflent, une sensation gênante de sable dans les yeux...)
- **Au niveau de la peau** : urticaire ou eczéma de contact (la peau démange, elle est irritée. Des plaques rouges, des papules (bouton rouge comme une piqûre d'ortie ou des boutons pointent)

S'ils ne sont pas traités, certains symptômes de l'allergie peuvent s'aggraver et se compliquer en asthme allergique, induisant difficultés respiratoires, avec une sensation d'oppression thoracique, toux sèche ou encore respiration sifflante.

Les médecins savent de mieux en mieux diagnostiquer l'allergie. Il ne faut donc pas hésiter à consulter et il est recommandé de la dépister dès le plus jeune âge.



Crédit photo : © Atmo BFC

CONTACT

Elise DARLAY

Tél. : 03 81 31 28 62

medias@atmo-bfc.org

Atmo Bourgogne-Franche-Comté

37 rue Battant 25000 BESANÇON

Tél. : 03 81 25 06 60

www.atmo-bfc.org



Les résultats et prévisions seront disponibles sur le site www.atmo-bfc.org !



La surveillance pollinique en région

La surveillance 2022 vient tout juste de débuter, avec la remise en fonctionnement des 5 capteurs de la région, implantés à Dijon, Châlon, Nevers, Besançon, Montbéliard, complétés par un 6^{ème} capteur nouvellement installé à Auxerre. Ce dispositif permet de récolter les pollens présents dans l'atmosphère, en vue de déterminer quelles espèces affectent ou sont sur le point d'affecter les personnes allergiques, et en quelles quantités.

L'association Atmo Bourgogne-Franche-Comté, qui surveille la qualité de l'air de la région, est impliquée depuis plus de 15 ans dans cette surveillance. Les résultats de ses analyses sont diffusés chaque vendredi au travers d'un bulletin spécifique, qui informe du niveau de risque en cours, complété des observations et conseils des allergologues de la région. **Le premier bulletin sera diffusé ce vendredi 11 février.**

Les premiers pollens attendus en Bourgogne-Franche-Comté

Le début de l'année est la période propice aux pollens d'arbres. Les premières espèces attendues sont les pollens de noisetiers, dont la pollinisation démarre petit à petit sur le territoire métropolitain, avec déjà un niveau d'allergie qualifié de faible selon les premières constatations du RNSA. D'autres espèces, tels l'aulne, le cyprès et le frêne, pourraient prochainement les accompagner. Le bouleau, particulièrement allergisant, est généralement observé sur les capteurs dans le courant du mois de mars.

Organisée en partenariat avec l'Agence Régionale de Santé (ARS), le Réseau National de Surveillance Aérobiologique (RNSA) et le Réseau des Allergologues de Franche-comté (RAFT), cette surveillance permet :

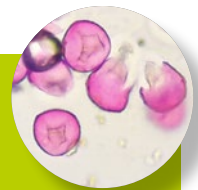
- Aux médecins de Bourgogne-Franche-Comté de **mieux diagnostiquer une allergie** chez les patients venus les consulter ;
- Aux personnes allergiques de **limiter les effets de l'allergie en prenant un traitement préventif** au début du pic pollinique.



Un capteur de pollens

Crédit photo : © Atmo BFC

TOUS LES POLLENS NE SONT PAS DANGEREUX !



Pour provoquer une réaction allergique, il faut :

- **Que le pollen soit émis en grande quantité** : c'est le cas des plantes anémophiles, dont le pollen est transporté par le vent, telles les graminées, l'ambrosie, le cyprès, le bouleau...
- **Qu'il soit de petite taille** : les grains de pollen resteront d'autant plus longtemps dans l'atmosphère, et pourront parcourir de plus grandes distances qu'ils sont petits et légers
- **Qu'il ait un fort pouvoir allergisant** : il faut qu'il puisse libérer ses particules protéiques responsables de la sensibilisation

CONTACT

Elise DARLAY

Tél. : 03 81 31 28 62

medias@atmo-bfc.org

Atmo Bourgogne-Franche-Comté
37 rue Battant 25000 BESANÇON
Tél. : 03 81 25 06 60

www.atmo-bfc.org



Les résultats et prévisions seront disponibles sur le site www.atmo-bfc.org !



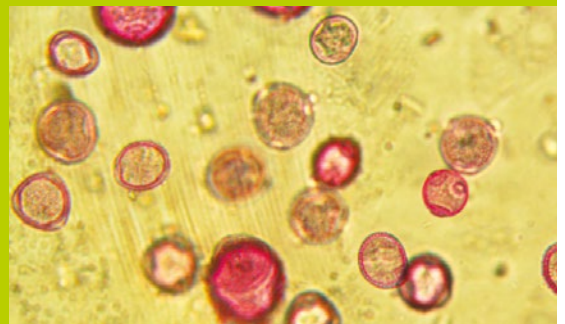
LES BONS GESTES

Avant un pic pollinique :

- La prise d'un traitement prescrit par un médecin ou un allergologue peut limiter les symptômes
- Je contrôle et remplace mon filtre habitacle (aussi appelé filtre à pollen) si mon véhicule en est équipé

Pendant un pic pollinique :

- J'aère mon logement tôt le matin ou en soirée, je ferme les fenêtres le reste de la journée
- J'évite de mettre à sécher le linge dehors
- J'évite les promenades à l'extérieur par temps sec et ensoleillé, surtout entre 9h et 18h
- Allergique aux graminées, je ne tonds pas le gazon moi-même, je ne reste pas à proximité durant la tonte
- Je change de vêtements en rentrant chez moi
- En voiture, je roule vitres fermées notamment en campagne
- Je porte des lunettes de soleil afin de protéger mes yeux du contact des pollens
- Je porte un masque afin de protéger mes muqueuses respiratoires du contact avec les pollens
- Je porte un chapeau pour éviter que trop de pollens se collent dans mes cheveux
- Je rince mes cheveux avant de me coucher, pour éviter le transfert des pollens accumulés en journée sur l'oreiller
- Je privilégie les mouchoirs à usage unique
- Je lave mon nez matin et soir avec un sérum physiologique ou un spray d'eau de mer pour éliminer au fur et à mesure les pollens qui s'accumulent dans les muqueuses nasales.



En cas de symptômes allergiques, il convient de consulter un médecin ou un allergologue.

CONTACT

Elise DARLAY

Tél. : 03 81 31 28 62

medias@atmo-bfc.org

Atmo Bourgogne-Franche-Comté
37 rue Battant 25000 BESANÇON
Tél. : 03 81 25 06 60

www.atmo-bfc.org



Les résultats et prévisions
seront disponibles sur le site
www.atmo-bfc.org !