

## Le «POPOLLQUA 85»

Pollens, pollution, qualité de l'air  
Informations et alertes pour mieux respirer.

### Allergies : le retour.

Mots-clés :

*Editorial.* Après une longue interruption de presque quatre mois POPOLLQUA reparait. L'émission des pollens portés par le vent, on parle de 'pollens anémophiles', qui s'était arrêtée début octobre repart, modestement. Sur le plan de la pollution générale nous avons été aidés par un temps clément. Néanmoins il a été observé des inversions thermiques, redoutables car elles concentrent la pollution sur un temps très bref. Il faut apprendre à réagir vite à leur rencontre. Le virus de la grippe est lui aussi un agent aéroporté et il est le premier à devoir être combattu. POPOLLQUA paraîtra désormais plus fréquemment et mettra l'accent sur les actions à entreprendre par chacun pour une meilleure qualité de l'air.

Noisetier

Bouleau.

Allergies  
alimentaires

Météo

Flow®

### POLLENS

Entre le 20 et le 26 janvier 2020 le capteur de pollens Burckhardt situé à 11 m de hauteur sur le toit du Laboratoire Départemental aux Oudairies a dénombré une majorité de grains de pollen de noisetier, avec un index semainier de 35 grains/m<sup>3</sup> sur un total de 47. Suivent les pollens de

## Airpur85 Bulletin N° 27, 31 janvier 2020.

frêne :  $8/m^3$ , de cyprès  $3/m^3$ , d'aulne :  $1/m^3$ . La pluie rabat les pollens et réduit beaucoup les taux observés les jours de pluie. Quoiqu'il en soit cette semaine les concentrations sont faibles, même celle du 20 janvier. Chaque année le pollen de noisetier se retrouve dans notre capteur de janvier à fin mars. Il est en général abondant. Sa taille est de 20 microns, ce n'est donc pas une « poussière fine » (de taille inférieure à 10 microns). Il exerce ses dégâts au niveau du nez. Point n'est besoin d'ailleurs de disposer d'un compteur pour s'apercevoir qu'il doit y avoir du pollen de noisetier dans l'air car les chatons sont là qui s'agitent en bout de branche. Ils sont faits ainsi pour bien diffuser le pollen dans le vent et donner la meilleure fécondation possible. Donc prudence par beau temps venteux dans les lieux plantés de noisetiers. Là encore un peu d'attention permet de repérer les chatons, notamment dans les haies variées que l'on trouve en ville où il est recommandé de ne pas planter trop de noisetiers ni de les tailler en ce moment. Le risque d'allergie est faible aujourd'hui, en apparence. Prenons garde cependant car le noisetier appartient à la famille des bétulacées et il produit entre autres le fameux allergène *bet V1* tout comme les autres espèces de la famille des bétulacées (aulne, **bouleau**, charme). C'est pour cela que certaines personnes fortement sensibilisées au pollen de bouleau peuvent déjà présenter des problèmes d'allergies. Le pollen de noisetier sert d'amorce à des allergies qui manifestent leur pleine nuisance 1 à 2 mois plus tard. Par ailleurs peut survenir une allergie à des aliments dans 55% des cas en cas d'allergie avérée aux pollens. Elle est d'intensité variable qui va du simple picotement buccal (le plus souvent) à la grande réaction anaphylactique. L'association d'une allergie respiratoire au bouleau et d'une allergie alimentaire aux noisettes est courante. L'allergie aux noisettes s'associe d'ailleurs de manière variable à des allergies au kiwi et aux noix. Les fruits à noix concernés sont les noix habituelles (fruit du noyer commun *Juglans nucifera*, mais aussi les noix de cajou, du Brésil, de macadamia, de pécan...L'allergie survient en automne quand on ne pense plus aux noisetiers...Nous en reparlerons à

# Airpur85 Bulletin N° 27, 31 janvier 2020.

propos des autres bétulacées. Pour l'instant les ennemis que l'on doit craindre le plus sont les infections saisonnières, la pollution intérieure, la pollution générale. Elles s'acoquinent (= se potentialisent) très efficacement. Le virus de la grippe est le plus violent. Il est aéroporté lui aussi. Il doit rester la priorité dans nos préoccupations. Il n'est pas trop tard pour se faire vacciner.

## AGIR

- Allergiques suivez les recommandations et les traitements prescrits par votre médecin. Les désensibilisations doivent déjà être renforcées, les médicaments préventifs et curatifs prescrits et achetés. Toux sèche, larmoiements, gorge rouge, crises d'asthme, ne sont pas forcément liés à un « rhume de saison ».
- **Dans les cumuls de situations à risque** : beau temps venteux, travail sur les noisetiers chatonneux, allergie connue ou suspectée respiratoire ou alimentaire, asthme et bronchite chronique : éviter les efforts et activités à haut débit respiratoire. Surtout si en plus vous êtes exposé à la pollution... Dans ces cas-là, comme pour les autres expositions polliniques que nous reverrons :
  - Porter des lunettes pour diminuer le contact des yeux avec l'allergène.
  - Laver ses cheveux avant d'aller dormir.
  - Utilisez des mouchoirs en papier.
  - Gardez les fenêtres de la voiture fermées lors de vos déplacements.
  - Consultez le site internet du RNSA : [www.pollens.fr](http://www.pollens.fr) afin de vous tenir au courant de l'évolution de la saison pollinique et/ou pour les allergies alimentaires : <https://www.migrosimpuls.ch/fr>

*Un bilan allergologique impératif si des troubles durent plus de quatre jours par semaine pendant plus de quatre semaines.*

# Airpur85 Bulletin N° 27, 31 janvier 2020.

QUALITE DE L'AIR

AIR Pays de la Loire, qui dispose de deux capteurs en Vendée. Ils sont situés l'un en ville, impasse Delacroix à la Roche sur Yon, et l'autre à la campagne : à La Tardière, près de Faymoreau. Depuis début octobre la pollution a été modeste, telle qu'elle apparaît sur les index synthétiques d'AIR Pays de la Loire.

Sur 124 jours il n'y a eu que deux jours d'indice «6» les 18 novembre et 24 janvier et cinq jours d'indices «5», indices médiocres qui figurent en orange (Figure1). Ils correspondent tous à un excès de poussières fines PM<sub>10</sub>.

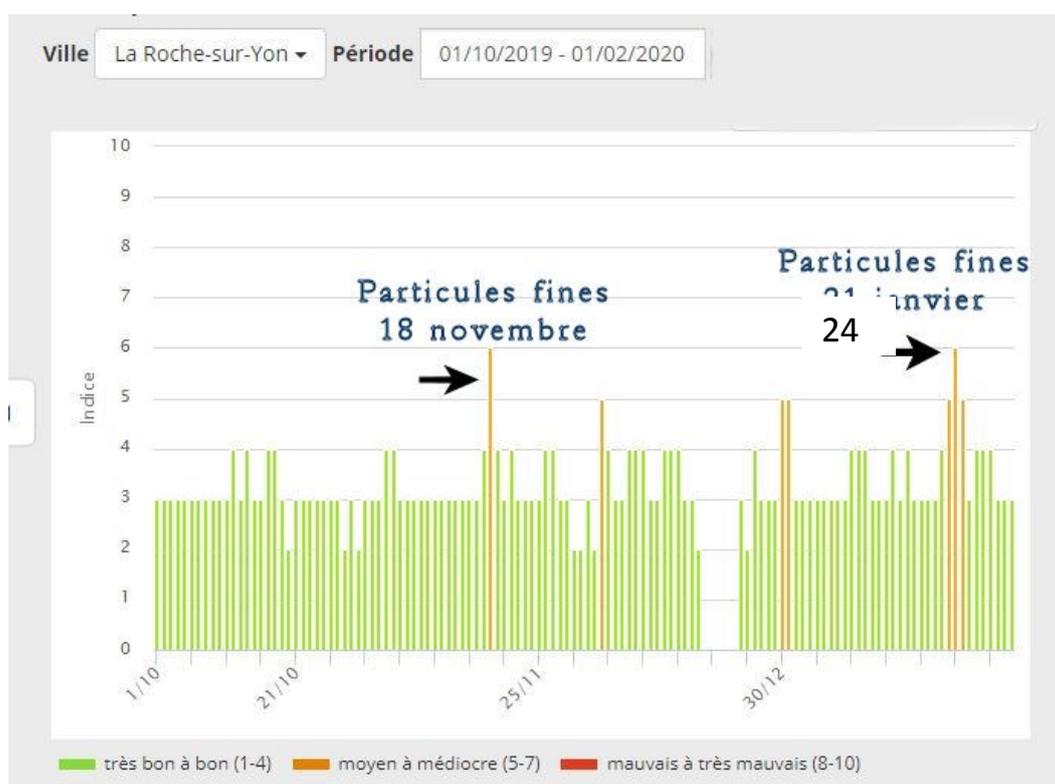


Figure 1 Les index de pollution entre le 1<sup>er</sup> octobre 2019 et le 2 février 2020 en Vendée.

Il y a quelques années des épisodes de pollution sévères au début du mois de janvier ont été attribués entre autres aux feux en cheminée festifs. Il n'y a pas eu d'alerte à la pollution en Pays de la Loire depuis juin 2019. Elle était liée à l'ozone. La dernière alerte à la pollution par particules fines date de décembre

# Airpur85 Bulletin N° 27, 31 janvier 2020.

2017. Nous allons détailler un petit pic de pollution observé le 24 janvier qui a été très bref. La figure 2 montre que le pic apparaît brutalement. La figure 3 témoigne d'une montée aussi brusque du taux de dioxyde d'azote tout en restant très en-dessous du seuil d'information.

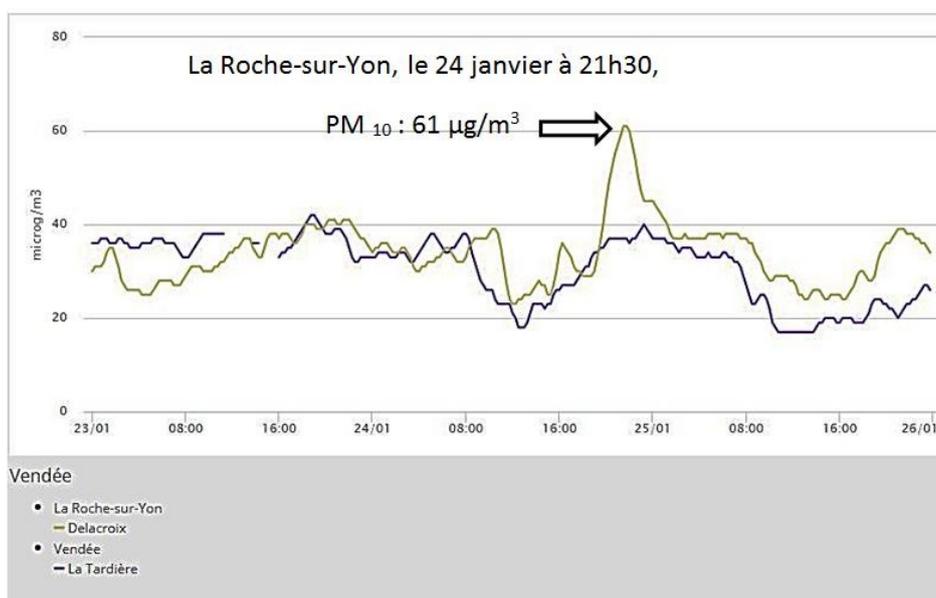


Figure 2 La pollution en Vendée les 23,24 ,25 janvier 2020. Survenue brusque d'un pic à 21h.

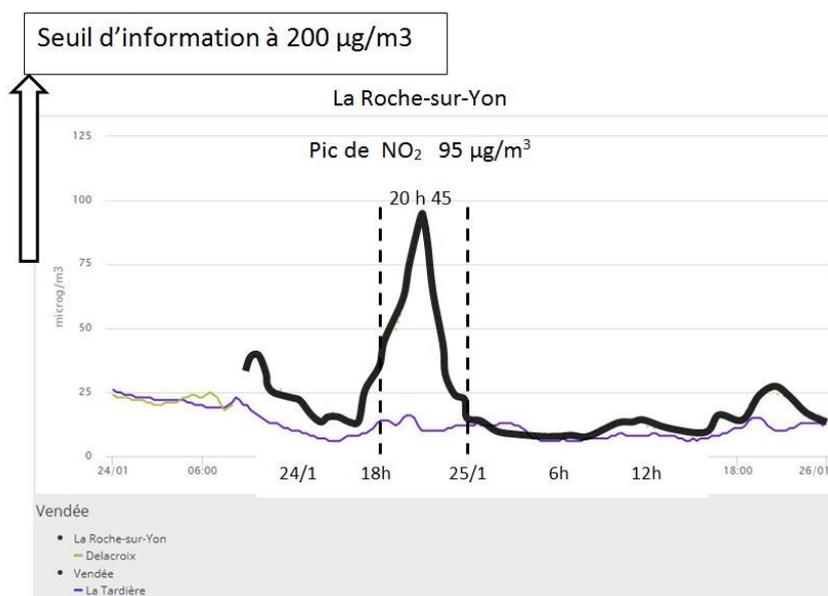


Figure 3 La pollution par NO2 en Vendée ; survenue brusque d'un pic à 21h le 24 janvier 2020.

# Airpur85 Bulletin N° 27, 31 janvier 2020.

La rapidité avec laquelle survient la pollution pose problème : il est difficile de s'en défendre. C'est aux personnes fragiles de se renseigner et de remarquer les signes d'une éventuelle inversion thermique. En effet le sol s'est refroidi brusquement le soir du 24 après une journée ensoleillée. D'après les données de l'Observatoire des Ajoncs, le plafond de nuage s'est abaissé très rapidement : une couche d'air froid et calme d'où les polluants ne pouvaient s'échapper vers le haut s'est trouvée prisonnière d'une couche d'air plus chaud d'où effet de serre. Il serait bon cependant que des spécialistes de la météo puissent conseiller rapidement une prévention efficace.

**La bonne lecture de la semaine** : les sites [airpl.com](http://airpl.com) et [www.pollens.fr](http://www.pollens.fr) pour bien commencer la saison.

**Les patients asthmatiques, BPCO, insuffisants respiratoires, ayant une susceptibilité plus grande sont concernés au premier chef par ce bulletin. Si votre entourage comporte de tels patients transmettez immédiatement les alertes et les informations. Vous pouvez vous abonner pour eux par mail à [airpur.vendee@orange.fr](mailto:airpur.vendee@orange.fr)**

Ce bulletin est complété par un résumé appelé AIRPUR, accessible à tous. Nos résultats figurent aussi sur les sites des associations : ADEV [www.adev-asso.fr](http://www.adev-asso.fr) et Terres & Rivières : [www.terres-rivieres.org](http://www.terres-rivieres.org). Voir également pour compléments : [www.rnsa.org](http://www.rnsa.org), [www.airpl.org](http://www.airpl.org), pour les résultats du pollinarium de La Roche, [www.pollens.fr](http://www.pollens.fr), [www.larochesuryonagglomeration](http://www.larochesuryonagglomeration)

Si vous désirez adhérer à notre association, ou simplement des renseignements complémentaires, maillez à : [airpur.vendee@orange.fr](mailto:airpur.vendee@orange.fr), Cotisation annuelle de 15 € à transmettre à l'adresse courrier en bas de page.



Chatons de noisetier. Ce sont les fleurs mâles de l'arbuste.

Ils passent du violet au brun. Ici ils sont jaunes à maturité. Certains en font des fritures : cueillir avec modération.

Image issue du site [www. Nature-Obsession](http://www.Nature-Obsession.com).

---

AIRPUR 85 Membre du Réseau National de Surveillance Aérobiologique(RNSA) et d'AIR Pays de la Loire. Siège social 135 rue du Moulin Rouge 85000 La Roche sur Yon. Courrier : 30, La Berthelière, 85170 Dompierre sur Yon. Adresse mail : [airpur.vendee@orange.fr](mailto:airpur.vendee@orange.fr)  
Rédaction : Dr J. Berruchon.