

# La saison pollinique du noisetier (*Corylus sp.*)



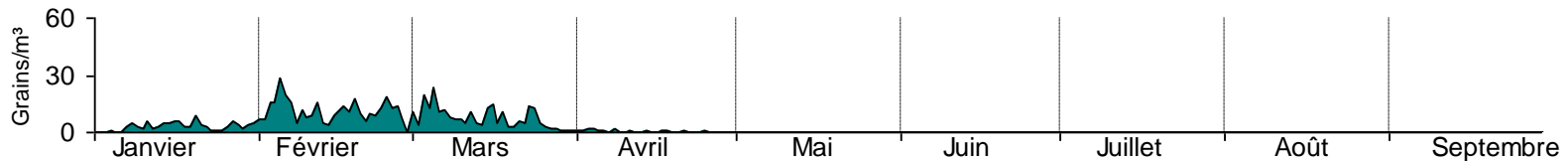
- Le noisetier est un arbuste de 2 à 5 m de hauteur largement répandu en Europe. Ses feuilles caduques sont irrégulièrement dentées et poilues.
- La période de **dissémination du pollen** débute généralement au cours du mois de **janvier** et se prolonge jusqu'au **début du mois d'avril**. Son pollen est l'un des premiers de l'année à être récolté dans nos capteurs.
- En raison de sa période de pollinisation, les symptômes d'une allergie au pollen de noisetier peuvent être confondus avec ceux d'un refroidissement.

Il existe une **allergie croisée** entre les pollens des espèces de la famille des **bétulacées** (noisetier, aulne, bouleau, charme). Certaines personnes fortement sensibilisées au pollen de bouleau peuvent déjà présenter des problèmes d'allergies en présence de pollen de noisetier.

# La saison pollinique du noisetier (*Corylus* sp.)

## Période d'exposition au pollen du noisetier

Chaque année, la saison se présente différemment. On observe des variations au niveau de la date du début de la saison, de sa durée, du nombre total de grains dénombrés et de l'intensité des pics. Toutefois, entre janvier et début avril, l'air contient généralement du pollen de noisetier.



## Quelques conseils pratiques :

- Suivez les recommandations et les traitements prescrits par votre médecin.
- Evitez les efforts et activités en plein air (sport, efforts physiques).
- Portez des lunettes pour diminuer le contact des yeux avec l'allergène.
- Lavez vos cheveux avant d'aller dormir.
- Utilisez des mouchoirs en papier.
- Evitez de faire sécher votre linge à l'extérieur.
- Gardez les fenêtres de la voiture fermées lors de vos déplacements.
- Consultez le site internet [www.airallergy.be](http://www.airallergy.be) afin de vous tenir au courant de l'évolution de la saison pollinique.

