

Tout ce qui rampe et vole

La verdure est source de détente. Généralement. S'il n'y avait pas ces plantes, ces animaux et toutes ces autres substances qui peuvent provoquer des allergies. Les conditions environnementales renforcent encore les réactions allergiques. Une promenade.

Les températures plus élevées prolongent la saison pollinique et favorisent l'apparition de nouvelles plantes dont les pollens peuvent également déclencher le rhume des foins.

L'humidité de l'air élevée fait éclater les pollens **avant l'orage**. Les minuscules particules allergéniques pénètrent plus profondément dans les voies respiratoires qu'un grain de pollen intact et provoquent des symptômes plus importants.

L'ozone (O₃) peut renforcer l'irritation des muqueuses et aggraver les symptômes d'allergie et de l'asthme.

DANS L'AIR

Les **polluants atmosphériques** modifient les protéines des grains de pollen, ce qui les rend plus agressifs et plus allergéniques.

Les moisissures ne pullulent pas uniquement à l'intérieur. L'air extérieur contient aussi des concentrations élevées de leurs spores en été et en automne.

En cas d'allergie aux guêpes, une **immunothérapie spécifique** mène à une protection complète chez 95 % des allergiques et chez 80 % en cas d'allergie aux abeilles.

3 à 4 % des Suisses sont touchés par une allergie au venin d'insectes qui peut mettre leur vie en danger.

LES ARBRES

La taille des **pollens de bouleau** n'atteint que 20 à 30 micromètres, donc quelques centièmes de millimètres. C'est pourquoi ils pénètrent si profondément dans nos voies respiratoires.

La saison des noisetiers, des bouleaux et des frênes commence **2 à 3** semaines plus tôt qu'il y a trente ans à cause du changement climatique.

1 personne sur 10 en Suisse ne tolère pas le fructose.

~ 70 % des personnes allergiques au pollen d'arbre présentent des réactions croisées aux aliments.

LES PRÉS ET LES CHAMPS

1 personne sur 100 en Suisse ne tolère pas le gluten qui est une protéine naturelle présente dans le blé et d'autres céréales comme le seigle, l'épeautre, l'orge ou l'avoine.

De nos jours, **20 %** de la population environ sont allergiques au pollen. Ce sont 5 % de plus qu'il y a dix ans et le double d'il y a trente ans.

70 % des allergiques réagissent au pollen de graminées.

Une **piqûre de tique** peut déclencher une allergie à la viande rouge.

LE MONDE ANIMAL

Les **Curly Horses** sont moins allergéniques que les autres races équine.

Les personnes allergiques aux animaux ne réagissent pas aux poils des animaux, mais aux allergènes présents dans la salive, les glandes sébacées et les cellules de la peau. Ceux-ci sont répartis sur le pelage lorsque l'animal se lèche.

~ 4 % des adultes sont sensibilisés aux allergènes félines, environ 3 % aux allergènes canins.

Les **animaux souffrent aussi** : un chien sur quatre présente une allergie aujourd'hui ainsi qu'un chat sur dix environ.