

UTILITÉ DES DONNÉES DU POLLINARIUM POUR MÉDECINS GÉNÉRALISTES

Un pollinarium est un jardin regroupant les principales espèces sauvages allergisantes des environs, entretenu par une collectivité.



Les espèces sont récoltées en nature et replantées dans les mêmes conditions.



Chaque jour, des jardiniers observent les espèces.



Dès que le 1er plant d'une espèce émet du pollen, une newsletter est envoyée.



Quand le dernier plant de cette espèce n'émet plus de pollen, une nouvelle newsletter est envoyée.

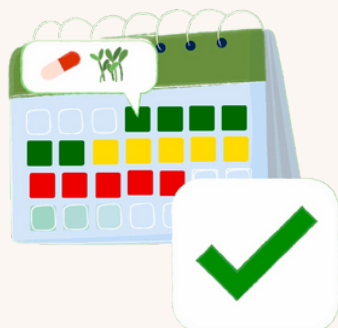


Le traitement peut ainsi être pris dès le début du risque, avant les premiers symptômes, et arrêté dès que plus nécessaire.

ENCOURAGEZ VOS PATIENTS A DEVENIR ACTEURS DANS LA PRISE EN CHARGE DE LEUR ALLERGIE POLLINIQUE :

Transmettez-leur une carte Alerte pollens

> Pour inscription à la newsletter gratuite les informant des données des pollinariums (début et fin d'émission de pollen pour chaque espèce)



Informez-les des bénéfices d'un traitement préventif

> Un traitement pris avant l'apparition des premiers symptômes s'avère plus efficace

Invitez-les à adopter les bons gestes

> Adopter les bons gestes dès les toutes premières libérations de pollens auxquels ils sont allergiques améliorera leur confort de vie



BONS GESTES ET CARTES ALERTES POLLENS

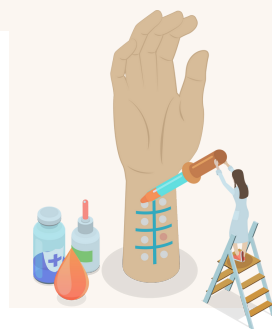
SANTÉ



Les professionnels de santé peuvent vous aider à mettre en place un traitement adapté



Pour déterminer à quel pollen vous êtes sensible, réalisez un bilan chez un allergologue



À L'EXTÉRIEUR



Évitez de vous sur-exposer au pollen la journée (activité physique, entretien du jardin)



Faites sécher votre linge à l'intérieur, pour éviter que les pollens ne s'y déposent



Si vous roulez en voiture, pensez à fermer les vitres

CHEZ SOI



Rincez-vous les cheveux le soir pour éliminer les pollens qui s'y sont déposés



Aérez votre maison quand le soleil est couché, l'émission de pollens se fait dès le lever du jour



Évitez le contact avec d'autres substances irritantes (tabac, produits d'entretien, parfums, ...)

PLUS D'INFORMATIONS

www.alertepollens.org



Mieux vivre avec mon allergie aux pollens

**ABONNEZ-VOUS
GRATUITEMENT
à l'alerte pollens
de votre territoire**

Avec les pollinariums,
vous êtes informé-e au plus tôt
des émissions de pollens
dans l'air



COMMENT ÇA MARCHE ? C'EST TRÈS SIMPLE !



- 1 RDV sur www.alertepollens.org
- 2 Sélectionnez **la ville la plus proche de chez vous** et renseignez votre email

Vous recevrez les alertes par mail
dès les toutes premières émissions
de pollen dans l'air !

