

Cyprès, graminées : la Provence en alerte rouge

La saison des allergies aux pollens déjà à son pic en Vaucluse et dans les BDR

Le nez qui coule, les yeux qui démangent, la gorge qui pique, des difficultés à respirer... Non, vous ne souffrez pas du coronavirus mais tout simplement d'allergies saisonnières. Dans son dernier bulletin allergeo-pollinique, le Réseau national de surveillance aérobiologique (RNSA) précise que dans "le Vaucluse et les Bouches-du-Rhône, le risque est très élevé", plaçant même ces deux départements en alerte rouge. Principales accusées, comme toujours, les concentrations de pollens de cyprès qui augmentent autour de la Méditerranée.

En réalité, depuis janvier, le cauchemar a d'ailleurs commencé pour les personnes sensibles. Et il n'est pas près de se terminer puisque cette concentration de pollens de cyprès va encore s'accroître. La faute, à des "conditions extrêmement favorables pour le déclenchement des allergies sur tout le pourtour méditerranéen", explique le docteur Luc Dussart, pneumologue à l'hôpital Saint-Joseph, à Marseille. "La douceur et le vent favorisent la présence de pollens qui vont encore se disperser."

Pour récurrent qu'il soit, ce phénomène n'en demeure pas moins très handicapant pour les individus les plus sensibles. Et ce n'est pas tout ! L'allergie aux cyprès "est plus agressive que les autres pollinoses comme le pollen d'olivier par exemple", poursuit le spécialiste. Ça tombe mal puisque le cyprès a, en trente ans, colonisé nos jardins. Pire, dans le cas du pollen, il n'y a pas de limite. Il peut induire des allergies chez les personnes n'ayant aucune prédisposition allergique. "Il suffit de multiplier les contacts avec l'allergène." Selon le dernier rapport de l'Agence nationale de la sécurité sanitaire (Anses), une personne sur quatre serait allergique aux pollens : soit 7 % à



La progression constante du nombre de cyprès dans nos jardins favorise les allergies aux pollens.

(PHOTO ANGE ESPOSITO)

Rincez vos cheveux, fermez la fenêtre

- Sortir tôt le matin ou en soirée est plus prudent car l'humidité aidant, le pollen adhère aux végétaux.
- Se rincer les cheveux, véritables capteurs à pollens, avant d'aller se coucher.
- Éviter d'ouvrir les fenêtres pour prévenir l'accumulation de pollens dans le logement.
- Prendre les médicaments dès le début des pollens pour les personnes concernées.
- Enfin, avec "Alertes Pollens", le réseau national de surveillance aérobiologique (RNSA) met à disposition une application d'alertes polliniques. Vous pouvez ainsi déterminer les départements et les pollens dont vous souhaitez connaître les niveaux d'alerte. Le RNSA propose également sur son site une carte de vigilance avec les prévisions des risques allergiques. www.pollens.fr

"L'allergie aux cyprès est plus agressive que les autres."

20% des enfants, environ 30% des adultes.

Et pour ces personnes ayant un terrain allergène, ou une tendance à la rhino-conjonctivite "notamment sur l'année précédente", il faut anticiper et "commencer une désensibilisation, au moins 3 à 4 mois avant", conseille le Dr Dussart.

S'il est donc déjà trop tard pour se mettre aux abris ou se faire désensibiliser, en revanche il est encore temps de consulter pour soigner la crise. "Dès que ça trouble la vie quotidienne, en fait, souligne le Dr Dussart. Il existe des armes thérapeutiques pour soulager les symptômes. On peut traiter l'allergie avec des antihistaminiques ou des pulvérisations de cortisone dans le nez. Il faut être vigilant avec les enfants, le risque avec eux, c'est que l'allergie aux cyprès peut être pourvoyeur d'asthme."

Mis en cause également comme facteur aggravant, le changement climatique et plus particulièrement la pollution. "Il faut remettre les choses dans le bon ordre. Ce n'est pas la pollution qui crée l'allergie. En revanche, la pollution peut entraîner une irritation et cette dernière favorisera la pénétration des allergènes dans la muqueuse bronchique."

Et si la pollution et les cyprès ne suffisaient pas, voilà que d'autres végétaux vont venir nous chatouiller. "Les cyprès vont nous embêter encore un gros mois mais après il y aura les graminées, confirme le spécialiste. Et eux devraient sévir jusqu'en août." Bref, on n'a pas fini d'éternuer ni de pleurer !

Florence COTTIN