

UTILITÉ DES DONNÉES DU POLLINIARIUM POUR MÉDECINS GÉNÉRALISTES

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



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 tous premières libération 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 !

