
Die Gräserpollen kommen

17.05.2013, 11:07 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *VERBRAUCHER INITIATIVE e.V.*



VERBRAUCHER INITIATIVE e. V. gibt Tipps für Pollenallergiker

Berlin, 17. Mai 2013. Die Saison für Gräserpollen hat begonnen. Ab Mitte Mai sind sie je nach Region und Witterung verstärkt unterwegs. Geplagte Heuschnupfennasen können erst ab Ende August wieder durchatmen, wenn die Konzentrationen abnehmen. Ganz aus dem Wege gehen können sie den reizenden Winzlingen leider nicht. Die VERBRAUCHER INITIATIVE e. V. hat daher einige Tipps zusammengestellt, um die Belastung zu reduzieren.

- Informieren Sie sich über die aktuelle Belastung mit Pollen durch Pollenflugvorhersagen, z. B. tagesaktuell beim Deutschen Wetterdienst.
- Beachten Sie schwankende Pollenmengen in der Luft. Auf dem Land erfolgt die größte Pollenausschüttung in den frühen Morgenstunden. Lassen Sie daher in diesen Regionen die Fenster geschlossen und lüften Sie erst abends. In den

Städten ist dagegen die Pollenkonzentration abends besonders hoch. Hier ist morgens die beste Zeit zum Lüften.

- Pollenschutzgitter an den Fenstern, z. B. aus dem Baumarkt können die Pollen von der Wohnung fernhalten.
- Schlafen Sie nicht bei geöffnetem Fenster und halten Sie auch im Auto die Fenster geschlossen. Pollenfilter sind hilfreich, achten Sie dabei auf regelmäßige Wartung.
- Auch in Zeiten starken Pollenflugs ist die Luft nach dem Regen relativ pollenarm, eine geeignete Zeit für den Aufenthalt draußen. Bei windstillen Wetterlagen sind weniger Pollen in der Luft als bei windigem, trockenem Wetter. Eine Sonnenbrille kann den Kontakt mit den Augen geringer halten.
- Pollenkörner haften gut an der Kleidung und im Haar. Trocknen Sie daher Wäsche nicht im Freien. Waschen Sie abends die Haare oder bürsten sie gut durch. Legen Sie die am Tag getragene Kleidung nicht im Schlafzimmer ab.
- Wenn möglich, legen Sie den Urlaub in die Hauptblütezeiten der allergieauslösenden Pollen. Geeignet sind Hochgebirge und Küstengebiete.

Weitere Informationen zu Auslösern und zur Behandlung von Pollenallergien bietet das Themenheft „Allergien“ der VERBRAUCHER INITIATIVE. Die 24-seitige Broschüre informiert außerdem über Asthma bronchiale, Lebensmittelallergien und allergische Hautreaktionen. Das Heft kann für 4,00 Euro (inkl. Versand) unter www.verbraucher.com bestellt oder für 2,50 Euro herunter geladen werden.

Portrait

Die VERBRAUCHER INITIATIVE e.V. ist der 1985 gegründete Bundesverband kritischer Verbraucherinnen und Verbraucher. Schwerpunkt ist der ökologische, gesundheitliche und soziale Verbraucherschutz. Der eingetragene, gemeinnützig anerkannte Verein finanziert sich überwiegend aus den Beiträgen von rund 8.000 Einzelmitgliedern und 176 Organisationen sowie zahlreichen Einzelspenden.

Die VERBRAUCHER INITIATIVE e.V. betreibt außerdem neun Internetseiten, u.a. zu Zusatzstoffen oder Gütezeichen, die über www.verbraucher.org erreicht werden können.

News-ID: 720472 • Views: 159 (Stand: 30.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/720472/Die-Graeserpollen-kommen.html>