

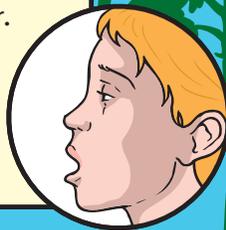
L'allergie aux pollens

1 D'où vient le pollen ?

Le pollen est une poudre formée de petits grains qui viennent des fleurs, des arbres et des plantes. Il vole dans l'air. Les pollens auxquels les gens sont allergiques sont souvent ceux des arbres, comme les bouleaux et les cyprès, et ceux des **graminées**. Ce sont des pollens très fins, invisibles. Ils entrent dans les **voies respiratoires**.

2 Que provoque l'allergie ?

L'allergie aux pollens fait gonfler les yeux. Elle provoque des **conjonctivites**, surtout chez les enfants. Elle fait éternuer. On a le nez qui coule, la gorge qui gratte. L'allergie aux pollens peut aussi provoquer des crises d'**asthme**.



3 Comment se protéger ?

C'est difficile, car le pollen est partout dans l'air. Il y a tout de même quelques astuces. Ne pas se rouler dans l'herbe quand on sait qu'on est allergique. Mettre des lunettes de soleil quand on fait du vélo pour ne pas recevoir de pollen dans les yeux. Ne pas rouler en voiture les fenêtres grandes ouvertes.



4 Comment se soigner ?

Il faut faire des tests pour savoir exactement à quelle sorte de pollen on est allergique. Puis on prend des médicaments contre les allergies. Dans certains cas, on peut aussi faire une désensibilisation. C'est-à-dire être soigné pendant plusieurs années pour faire passer l'allergie.



Dico

Graminée : plante à tige dont les fleurs, toutes petites, sont groupées en épis.

Voies respiratoires : ce qui permet de respirer : le nez, la bouche...

Conjonctivite : maladie des yeux.

Asthme : maladie qui gêne la respiration.

