

En médecine
allopathique,
antihistaminiques
et préparations
à la cortisone ont
fait leurs preuves.

Tour d'horizon de quelques
solutions alternatives.

Comme ses confrères spécialisés, Colette Devanthéry, l'une des pharmaciennes responsables de la pharmacieplus de l'ancien-stand, à Lausanne, privilégie avec succès diverses solutions alternatives et complémentaires capables de traiter l'allergie.

«On va bien entendu soigner la crise mais l'important reste de traiter le terrain à titre préventif. Quoi qu'il en soit, je pense qu'il n'existe pas une solution thérapeutique identique pour tous mais qu'il est nécessaire de choisir un remède personnalisé, en fonction des symptômes de chaque malade».

EN HOMÉOPATHIE : à privilégier en cas de rhinite allergique et d'asthme saisonnier, Pollen 15 CH et Poumon histamine 12 CH permettent de prévenir l'allergie. Elle est déjà déclarée ? Le remède sera conseillé en fonction de l'allergène et des réactions du malade.

**AUTRES REMÈDES PRÉVENTIFS
ET CURATIFS**

> **La spagyrie :** un mélange de plantes en spray ou en gouttes.

> **Les teintures-mères :** des extraits de plantes fraîches fleuries à prendre en gouttes.

> **Les oligo-éléments :** un complexe à base, par exemple, de manganèse, de soufre, de cuivre et de magnésium.

**Demandez conseil à votre
pharmacien pharmacieplus.**



« Je suis allergique au pollen »

Reflet de notre environnement, l'allergie au pollen touche désormais 20 % de la population. Des pistes pour profiter de la belle saison à pleins poumons ! KRISTIN AUBORT

Sous nos latitudes, la saison des pollens bat son plein entre juin et septembre, au moment de la floraison des graminées et des herbacées.

Votre nez coule en continu, vous éternuez en tirs groupés, votre palais et votre gorge vous gratouillent, vos yeux sont rouges et irrités... Pas de doute, vous souffrez d'une réaction allergique à un pollen en suspension dans l'atmosphère.

QUELLE CHANCE, IL PLEUT! «Les concentrations de pollen des graminées baisseront avec l'arrivée de pluies intermittentes demain dès le milieu de la journée» annonce le dernier bulletin pollinique. Une bonne nouvelle pour l'allergique, à l'affût de la moindre averse. La météo joue en effet un rôle fondamental dans la dissipation des pollens et des particules fines responsables de nombreuses allergies. «Lorsque le ciel est bleu, sans vent ni précipitation, on parle de situation anticyclonique et de haute pression. Dans ce cas, les pollens stagnent dans l'atmosphère et les allergiques de saison ont avantage à ne pas sortir. Le travail des météorologues consiste donc également à publier des prévisions polliniques fiables dans diverses régions de Suisse et renvoie à celles émises à l'étranger» explique Vincent Devantay, météorologue chez Météo News.



Vincent Devantay
devant l'une des
centaines de
stations météo de
Suisse : «Elles nous
renseignent toutes
les 10 minutes».

DE PRÉCIEUX RAPORTEURS En Suisse, réparties en plaine comme en montagne, 14 stations contiennent une bande transparente collante destinée à récolter les éléments transportés par le vent : pollens, particules fines, suie... «Chacune de ces stations absorbe 10 l d'air par minute» rapporte le jeune météorologue. «Après analyse de ces captages en laboratoire, nous allons mesurer les risques d'allergies en fonction de différents critères météo passés, présents et futurs.» A relever également sur ces pages, des prévisions biométéorologiques quotidiennes très appréciées des personnes météo-sensibles, telles que rhumatisants ou migraineux. ■

**Consulter des bulletins polliniques
et biométéo en ligne**

www.meteonews.ch
www.meteosuisse.ch
www.pollenetallergie.ch