

www.pollenstiftung.de

Facebook [@pollenstiftung](#) || Instagram [@pollenstiftung](#) || X [@pollenstiftung](#)

Wochenpollenvorhersage Leopold

Gräserpollen auf dem Rückzug – Pollen der Brennnesselgewächse jetzt an der Spitze.

Deutscher Name	Wissenschaftlicher Name	Tendenz für die nächsten 7 Tage
Brennnesselgewächse	<i>Urticaceae</i>	↗
Gänsefußgewächse	<i>Chenopodiaceae</i>	↗
Ampfer	<i>Rumex</i>	→
Esskastanie	<i>Castanea</i>	→
Wegerich	<i>Plantago</i>	→
Gräser	<i>Poaceae</i>	↘
Linde	<i>Tilia</i>	↘

Historische Tage liegen hinter uns – beim Wetter wohlgemerkt, nicht beim Pollenflug. Reihenweise wurden in der zurückliegenden Vorhersagewoche Temperaturrekorde gebrochen, darunter etliche Stationsrekorde, Monatsrekorde und Allzeitrekorde, sowohl für die Tages- als auch für die Mittel- und die Nachttemperaturen. Dass dazu auch Pollen und Schimmelpilzsporen geflogen sind, erscheint fast nebensächlich – aber auch nur fast. Denn nochmals gab es bis in das rekordheiße Wochenende hinein bei guten Pollenflugbedingungen an vielen Stationen im Norden Deutschlands hohe, aber keine außergewöhnlich hohen Gräserpollenbelastungen. Auch den Gräsern in den Bergen (Alpen) hat das heiße und trockene Wetter insofern gutgetan, als auch dort die Pollenkonzentrationen vergleichsweise hoch lagen, örtlich verbunden mit saisonalen Maxima. Von der östlichen Mitte bis in den Süden und Südwesten war der Gräserpollenflug nicht mehr ganz so wild und oftmals reichte es dort gar nicht mehr für hohe Belastungen. Das mühsame Ausräumen der Hitze ging häufig elektrisch vonstatten in Form teils starker Gewitter, die nachfolgend den Gräserpollenflug überall deutlich abschwächten.

Der Pollenflug der Brennnesselgewächse legte anfangs gegenüber der Vorwoche teils noch eine kleine Schippe drauf mit oft hohen oder knapp hohen Pollenwerten, schwächte sich durch die häufigen Schauer und Gewitter im Verlauf allerdings wieder ab. Der Pollenflug von Esskastanie und Linde hielt weiter an, selbst im überhitzten Südwesten. Neben Tagen mit immer noch hohen Pollenkonzentrationen der Esskastanie im Südwesten und Westen gab es vielerorts Tage mit leichtem bis mäßigem Pollenflug von Esskastanie und Linde. Mehr oder weniger gleichbleibend schwach bis mäßig fiel der Pollenflug von Ampfer und Wegerich aus. Viele weitere Pollenarten waren ebenfalls krautiger Herkunft, aber in Pollenzahl und Häufigkeit des Auftretens mehr oder weniger unbedeutend. Langsam kamen erste Pollen der Gänsefußgewächse und des Beifußes aus ihrer mehrmonatigen Versenkung. Daneben stammten einzelne Pollen von den Korb- und Doldenblütlern, von den Rötengewächsen, von Hanf, Natternkopf, Mädesüß und anderen. Auch Kiefer und Zypressengewächse stellten einzelne Pollen zur Verfügung.

Der Sporenflug intensiviert sich leicht. Die Werte von Cladosporium sowie (erstmalig) von Alternaria überschritten die Sporentyp-spezifischen Reizschwellen – nicht überall und nicht jeden Tag, aber dafür an einzelnen Tagen deutlich. Regenfälle unterbrachen allerdings seit Montag auch die ersten Höhenflüge bei den betrachteten Sporentypen. Der Flug von Epicoccum-Sporen verstärkte sich auf ein mäßiges Konzentrationsniveau.

Nachdem der kalendarische Sommer gleich in den ersten Tagen seines Bestehens so richtig heißgelaufen war, gilt es nun, das zu erwartende angenehme Sommerwetter zum Durchlüften und Aktivsein zu nutzen – die nächste Hitzeperiode kommt bestimmt. Die höchsten Temperaturen und die meiste Sonne sind in den nächsten Tagen mal wieder dem Südwesten vorbehalten, während es im Norden und Osten kühler und unbeständiger mit Niederschlägen bleibt, die aber in der Menge wahrscheinlich niemanden vom Hocker hauen. Gerade im Süden und Westen sind die Pollenflugbedingungen besonders günstig, im Nordosten mitunter mau.

Die **Gräserblüte** (*Poaceae*) erschlafft. Das Gros der Gräser ist abgeblüht oder, angetrieben durch die vorherige Hitzewelle, stehend zu Heu verarbeitet. Damit brechen für die Betroffenen allmählich bessere Zeiten an. Der Pollenflug fährt in den kommenden Tagen nur noch selten auf der Überholspur. Meist wechseln vielfach mäßige mit gelegentlich hohen Belastungen. Die höchsten Werte sind allgemein im norddeutschen Binnenland zu erwarten, sofern dort der Regen nicht unerwartet überhand nimmt. In den Höhenlagen der Alpen (Almwiesen) ist der Pollenflug aufgrund der verzögerten Gräserblüte mitunter stärker, zumindest intensiver als in den Tallagen. Auch in Wäldern blühen die dortigen Gräser oft später und können für ein örtliches Pollenplus sorgen. Ein zusätzliches Gräserpollenplus wird durch den Beginn der **Maisblüte** (*Zea*) im Südwesten erreicht, wo zumindest im Nahbereich erblühter Maisfelder mit hohen Pollenbelastungen zu rechnen ist.

Die **Brennnesselgewächse** (*Urticaceae*) blühen und geben in den nächsten Tagen bereits mehr Pollen ab als die Gräser, was angesichts der schwächelnden Gräserblüte aber auch zunehmend einfacher wird. Pollen von **Brennnessel** (*Urtica*) und teils **Glaskraut** (*Parietaria*) sind damit die neuen „Schwergewichte“ im Luftraum. So richtig wild wird’s

allerdings nicht zugehen. Insbesondere die Brennnesseln, nicht so sehr die wärmeliebenden Glaskräuter, haben durch Hitze und Trockenheit gelitten. Daher sind selbst bei Sonnenschein und ausbleibenden Niederschlägen längst nicht überall (beständig) hohe Pollenkonzentrationen zu erwarten. Wo genau der stärkste Pollenflug auftritt, lässt sich aktuell kaum beziffern.

Auf vielen Wiesen, Weiden und Wegrändern blühen die Windbestäuber **Ampfer** (*Rumex*) und **Wegerich** (*Plantago*). Unverändert schwacher bis mäßiger Pollenflug ist zu erwarten. Auf größeren Wiesen mit entsprechend umfangreichen blühenden Beständen dieser Gattungen ist örtlich mit starkem Pollenflug zu rechnen. Beim Ampfer ist zumindest im Tiefland die Zeit des stärksten Pollenflugs vorbei. Neue Blüten werden aber bei beiden Gattungen bis in den Spätsommer hinein beständig nachgebildet, speziell nach extensiver Mahd.

Inzwischen nehmen auch die windbestäubten **Gänsefußgewächse** (*Chenopodiaceae*) am Pollenflug teil. Die Pollenkonzentrationen bleiben allerdings bescheiden, selbst im Vergleich zu Ampfer oder Wegerich. Leichter Pollenflug aus dieser Pflanzenfamilie ist allerdings immer häufiger möglich. Beim **Beifuß** (*Artemisia*) öffnen sich ebenfalls die ersten kleinen Türchen. An wärmebegünstigten Standorten im Südwesten kann es daher im Umfeld größerer Beifußbestände bereits zu leichtem bis mäßigem Beifußpollenflug kommen. Von einem verbreiteten Allergierisiko ist in den nächsten sieben Tagen allerdings nicht auszugehen.

Die **Lindenblüte** (*Tilia*) gibt sich vor allem ganz im Norden und in den allgemein etwas kühleren Ecken des Landes über die nächsten Tage weiterhin sportlich. Mäßiger Pollenflug ist hier möglich. Im Umfeld blühender Bäume auch deutlich mehr. Im Süden und Südwesten wird es um die Lindenpollen bald genauso still, wie um die deutsche Fußballnationalmannschaft. Zumindest in den Tieflagen sind hier nur noch wenige Lindenpollen präsent.

Der Abgesang auf die **Esskastanie** (*Castanea*) im Südwesten kam in der vorherigen Vorhersage noch etwas verfrüht. Allerdings sollten sich hier in den kommenden Tagen die hohen Pollenkonzentrationen dann doch endgültig verabschieden. Mäßiger Pollenflug bleibt aber möglich. Nördlich davon, also praktisch im großen Rest des Landes, sind zwar weniger Bäume der Esskastanien vorhanden als entlang von Rhein, Main, Mosel und Saar, dafür stehen diese hier noch häufiger in Blüte als im Südwesten. Daher ist im großen Rest des Landes zwischen wenigen Pollenkörnern und mäßigem Pollenflug alles drin, wobei im Umfeld der Pollenquelle auch mehr fliegt. Lindenpollen kann bei ausreichend starkem Pollenkontakt bei einigen Menschen zu Sensibilisierungen und spürbaren allergischen Symptomen führen. Pollen der Esskastanien können Kreuzreaktionen bei Birkenpollenallergikern auslösen.

Zu den oben genannten Pollenarten gesellen sich gelegentlich oder in meist sehr geringen Anteilen folgende Pollenarten: **Götterbaum** (*Ailanthus*), Hanfgewächse (*Cannabaceae*) – aktuell ausschließlich Hanf (*Cannabis*), Hahnenfuß- (*Ranunculaceae*) und Rötengewächse (*Rubiaceae*), **Kiefer** (*Pinus*), Löwenzahn (*Taraxacum* – *Cichorioideae*), Mädesüß (*Filipendula*), Sauergräser (*Cyperaceae*) und **Zypressengewächse** (*Cupressaceae*). Auch Dolden- (*Apiaceae*), Korb- (*Asteraceae*) und Kreuzblütler (*Brassicaceae*), Natternkopf (*Echium*) können mit einzelnen Pollenkörnern zum Pollenspektrum beitragen.

Die lange Saison der **allergenischen Schimmelpilzsporen** hat begonnen. Im Zuge der Getreideernte legen sich besonders *Alternaria*-Sporen ins Zeug. Die Sporentyp-spezifische Warnschwelle wird immer beständiger und verbreiteter erreicht. Bei größeren Ernteaktionen fliegen regional schnell mal mehrere hundert Sporen pro Kubikmeter Luft am Tag, womit die Warnschwelle mehrfach überschritten würde und bei Sporenallergikern auch starke Symptome auftreten können. Die Sporen von *Cladosporium* sind zahlreich, die Konzentrationen aufgrund des nur mäßig warmen und meist trockenen Wetters aber nicht übermäßig hoch. Ein Überschreiten der Warnschwelle ist bei diesem Sporentyp hier und da durchaus möglich und wahrscheinlich, auf Rekordergebnisse sollte man aber nicht setzen. *Epicoccum*-Sporen zeigen ähnlich wie die Sporen von *Alternaria* einen Aufwärtstrend. Mäßiger Sporenflug ist verbreitet möglich, hohe Werte die Ausnahme. *Epicoccum*-Sporen gelten als allergen und können bei sensibilisierten Personen Beschwerden auslösen. Im Gegensatz zu *Alternaria* und *Cladosporium* existiert für *Epicoccum* bislang kein allgemein anerkannter Schwellenwert der Sporenkonzentration, ab dem Symptome auftreten können.



Beim Gänsefuß (Chenopodium) öffnen sich die Blüten – die Saison der Gänsefußgewächse beginnt. © Matthias Werchan

🌐 **Aktualisierter Rückblick** auf das mittlere Aufkommen allergologisch relevanter Pollen und Schimmelpilzsporen in Deutschland in den Jahren 2001-2025

In der „Grünen Schriftenreihe“ des Bundesverbandes der Kleingartenvereine Deutschlands e. V., Heft 5/2025 – UMWELT: Kleingärten und Gesundheit erschien die Publikation **Vereinsmanagement – Pflanzen und Allergien im Zeichen des Klimawandels** von Dr. Barbora Werchan und Matthias Werchan. Das Heft ist 🌐 [hier](#) zu finden und die genannte Publikation auf den Seiten 17-24 (freier Zugang).

🌐 **Wochenpollenvorhersage des PID für die Stadt Berlin**

Weitere wichtige Pollenfluginformationen basierend auf den Messdaten der Pollenmessstationen im Messnetz des PID:

🌐 **Tägliche Belastungsvorhersage für Deutschland vom Deutschen Wetterdienst (DWD)**

- Die Wochenpollenvorhersage des PID für Deutschland basiert auf den Pollen und Schimmelpilzsporenmessdaten der Stationen im PID-Messnetz. •

• Wir danken der  **allergopharma** GmbH & Co. KG und der  **ThermoFisher Scientific** für das Sponsoring dieser Wochenpollenvorhersage. •