



www.pollenstiftung.de

Facebook @pollenstiftung || Instagram @pollenstiftung || X @pollenstiftung

Wochenpollenvorhersage Nora

Gedämpfter Pollenflug unter den Eiseiligen –Kiefer und Eiche bleiben tonangebend.

Deutscher Name	Wissenschaftlicher Name	Tendenz für die nächsten 7 Tage
Ampfer	<i>Rumex</i>	→
Gräser	<i>Poaceae</i>	→
Kiefer	<i>Pinus</i>	→
Roskastanie	<i>Aesculus</i>	→
Birke	<i>Betula</i>	↘
Buche	<i>Fagus</i>	↘
Eiche	<i>Quercus</i>	↘
Fichte	<i>Picea</i>	↘
Weide	<i>Salix</i>	↘

Beständig mildes Frühlingswetter brachten auch die vergangenen Tage nicht zustande. Immerhin gab es inmitten der vorherrschenden Maikühle ein, zwei oder drei freundliche Tage, die bezüglich Pollenflug wahlweise der Kiefer, der Eiche oder der Fichte gehörten. Erstgenannte war besonders im „Kieferland Brandenburg“ und Umgebung aktiv, wo bereits DER oder zumindest EIN satter Peak des Kiefernpollenflugs gemessen wurde. In diesem Zusammenhang wurden wieder die charakteristischen gelblichen Ablagerungen aus Abermillionen von Pollenkörnern deutlich sichtbar, die sich draußen auf allen möglichen Oberflächen niederschlugen – ein dezenter Hinweis auf die derzeitige Fülle der Natur.

Die Pollen der Fichte belagerten mehr die Gebirgsregionen als das Flachland, erreichten jedoch generell keine hohen Peaks. Eichenpollen flogen während der milden Tage von der Landesmitte bis in den Osten und Norden verbreitet stark, sonst noch schwach bis mäßig bzw. nur örtlich begrenzt stark (Mittelgebirgsraum). Die Birken stellten außer gelegentlich mäßigen Belastungen in der Osthälfte nichts groß Erwähnenswertes mehr auf die Beine. Die Birkenpollensaison ist damit für die Betroffenen überstanden.

Für flächig starken Gräserpollenflug ist es dagegen zu früh im Jahr, auch wenn es im Süden und Westen in grünlandreichen Gegenden stellenweise für hohe Pollenbelastungen reichte. Um diesen Pollenmengen ausgesetzt zu sein, musste man sich aber schon selbst zu den Pollenquellen hinbewegen. Ansonsten war der Pollenflug mal schwach, mal mäßig. Im Nordosten und in den Gebirgen verzichteten die Gräser weiterhin auf nennenswerte Belastungen.

Ansonsten bestand das Pollenspektrum überwiegend aus den Resten der „in die Jahre gekommenen“ Baumpollensaison, namentlich meist geringem Pollenflug von Ahorn, Blumenesche, Buche, Holunder, Maulbeere, Roskastanie, Walnuss oder Weide. Lokal kann es von einigen der aufgeführten Baumarten auch zu stärkeren Pollenflügen gekommen sein. Darüber hinaus zogen während freundlicher Witterungsphasen Pollen krautiger Pflanzen in geringer bis örtlich mäßiger Zahl los. Am weitesten verbreitet waren Pollen von Ampfer und Raps. Etwas weniger Pollen kamen von Brennnesselgewächsen, Sauergräsern oder Wegerich. Vereinzelt tauchten Pollen von Erle, Platane, Tanne, Binsen-, Hahnenfuß-, Rosen- oder Zypressengewächsen auf. In größeren Städten gab es auch mal ein Pollenkorn des Amberbaums oder ähnlich exotischen Zeugs zu bestaunen.

Der Sporenflug der Schimmelpilze verlief auch während der letzten Tage weiterhin in ruhigen Fahrwassern. Allergiesymptome sollten nicht aufgetreten sein.

Noch bis zum Wochenende zeigen uns die Eiseiligen ihre kalte Schulter. Die Temperaturen bleiben für die Jahreszeit deutlich zu kühl, dazu ist anfangs sehr wechselhaft. Erst am Ende der Vorhersageweche beginnt sich die Wetterlage allmählich umzustellen und die Temperaturen steigen von unterdurchschnittlich auf durchschnittlich bei zunehmenden Sonnenanteilen. Auf den Pollenflug runtergebrochen scheint zwischenzeitliches Durchschnaufen für die Allergiebetroffenen möglich, vor allem in den besonders regenbetroffenen Gebieten. Bei Sonnenschein sind die Pollen aber auch schnell zurück.

Den **Gräsern** (*Poaceae*) hilft das feuchte Wetter vorrangig beim Wachsen. Zum Blühen und Stäuben ist die Wetterlage der kommenden Tage allerdings suboptimal. Dennoch werden speziell in der zweiten und wettertechnisch besseren Hälfte der Vorhersageweche Gräserpollen wieder vermehrt fliegen. Dann treten zumindest (erneut) mäßige Belastungen auf, im Westen und Süden lokal mehr. Bis dahin durchschreitet der Pollenflug aber ein weites Tal mit verbreitet niedrigen Werten. Gebietsweise treten auch gar keine Gräserpollen auf. Die allmählich beginnende **Roggenblüte** (*Secale*) sorgt in der Westhälfte und im Südwesten für ein paar Roggenpollen in der Luft, insbesondere am Ende des Vorhersagezeitraums.

Birkenpollen (*Betula*) sind nun „Erster von hinten“ und haben vermutlich keinen Einfluss mehr auf das Allergiegesehen im Land. Einzelne blühende Bäume in den höchsten Lagen der Mittelgebirge und in den Hochlagen der Alpen sorgen für lokale Pollenexposition. Der dort emittierte Pollen verdünnt sich in der ansonsten Birkenpollen-freien Luft allerdings rasch.

Die **Eiche** (*Quercus*) kann die Leidenszeit von Birkenpollenallergikern durch allergische Kreuzreaktionen verlängern. Allerdings „leidet“ auch dieser Windbestäuber unter dem feuchtkühlen Maiwetter. Der Pollenflug kann somit keine Fahrt aufnehmen. Hinzu kommt, dass die Eichenblüte in immer mehr Regionen abzuklingen beginnt. Daher ist das Pollenaufkommen unter der Ägide der Eiseiligen zunächst gering bis höchstens mäßig, kann aber, sobald sich die Wetterlage bessert, in der Osthälfte – von Bayern bis Meck-Pomm – erneut zulegen und dann auch stark ausfallen. In der Landesmitte und in der Westhälfte bliebe starker Eichenpollenflug auf den Mittelgebirgsraum begrenzt. Von der **Buche** (*Fagus*) ist in den Tieflagen selbst bei Sonnenschein kein Pollenflug mehr zu erwarten. Die verzögerte Blüte in den Hochlagen der Alpen kann vor allem dort zu räumlich sehr begrenzt mäßigem bis starkem Pollenflug führen. Dazu sollte es aber erst einmal wieder deutlich wärmer werden.

Die **Kiefer** (*Pinus*) hat beim Pollenflug bereits mengenmäßig „Großes geleistet“ und für Schwefelregen in Kieferwaldreichen Gegenden gesorgt. Noch stehen weiterhin viele Bäume in Blüte und „warten“ auf jede Wetterbesserung zur Absonderung weiterer Pollenkontingente. An trockenen Tagen ist der Pollenflug demnach in vielen Regionen stark mit den höchsten Werten im Nordosten und in einigen Mittelgebirgen mit hohem Kiefernanteil. Die **Fichte** (*Picea*) kann ebenfalls noch für erheblichen Polleninput und Schwefelregen sorgen, wenn dann allerdings nur noch in den Hochlagen der Berge. In den Tieflagen ist die Fichtenblüte abgeklungen. Die allergologisch harmlosen Pollen der beiden Koniferengattungen können durch ihre Menge und die Größe ihrer Pollenkörner manchmal zu Fremdkörpergefühlen im Auge führen.

Wie die Gräser begrüßen auch die krautigen Pflanzen das reichliche Nass, welches ihr Wachstum ankurbelt, sich für die Pollenverteilung allerdings weniger eignet. In Blüte stehen bereits vielfach der **Ampfer** (*Rumex*) sowie beginnend **Brennnesselgewächse** (*Urticaceae*) und **Wegerich** (*Plantago*). Ist es länger trocken und etwas milder, kann Ampferpollen schwach bis mäßig fliegen, Pollen von Brennnessel und Glaskraut zumindest entlang des Rheins in mittlerer Zahl, sonst nur schwach oder vereinzelt. Wegerichpollen sind höchstens in geringer Zahl unterwegs, nach Osten und Norden sowie in den Bergen trifft man diese Pollenart in den nächsten Tagen kaum an.

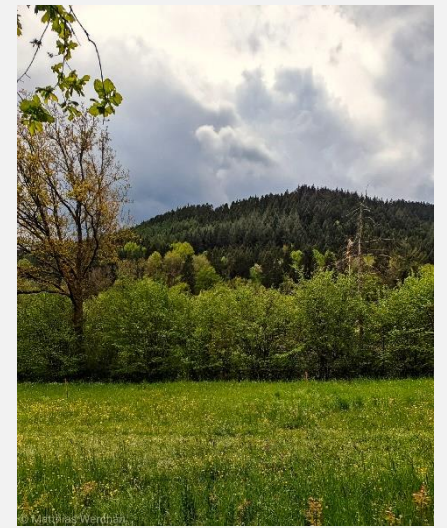
Der **Holunder** (*Sambucus*) hat in der Westhälfte zu blühen begonnen. Mit Verzögerung beginnt die Blüte nun auch weiter im Osten. Größere Büsche in Vollblüte lassen in ihrer Umgebung hohe Pollenkonzentrationen zu. Mit etwas Abstand zu diesen Pflanzen fallen die Werte auf ein geringes bis mittleres Level. Holunderpollen ruft in der Regel keine Allergien hervor. Sollten sich dennoch allergische Reaktionen entwickeln, sollten diese durch etwas Distanz zu den blühenden Büschen schnell nachlassen.

Die **Weidenblüte** (*Salix*) nimmt Abschied aus unserem Land. Wenige spätblühende Arten sind vereinzelt noch aktiv, insbesondere im Küstenumfeld und in den Hochlagen der Alpen. Überall dort kann Weidenpollen gering bis punktuell mäßig fliegen. Sonst „hat es sich“ mit dieser Pollenart, bzw. es bleiben einzelne Restpollen im Pollenspektrum der Luft zurück.

Die **Rapsblüte** (*Brassica*) lässt allmählich weiter nach. Aufgrund der kühlen Luft wird allerdings der Zustand der Vorwoche konserviert. Pollen fliegt vorrangig in der zweiten Hälfte der Vorhersageperiode und dann in der Umgebung blühender Felder auch durchaus wieder stark, sonst meist schwach.

Viele weitere Pollenarten fliegen vereinzelt oder nur lokal begrenzt in größerer Zahl. Dazu gehören Pollen von **Ahorn** (*Acer*), Amberbaum (*Liquidambar*), Binsen- (*Juncaceae*), Hahnenfuß- (*Ranunculaceae*) und Rosengewächsen (*Rosaceae*), **Esche** (*Fraxinus*), Hemlocktanne (*Tsuga*), Liguster (*Ligustrum*), Löwenzahn (*Taraxacum*), Mädesüß (*Filipendula*), Maulbeere (*Morus*), **Platane** (*Platanus*), **Roskastanie** (*Aesculus*), Sauergräsern (*Cyperaceae*), Spierstrauch (*Spiraea*), **Tanne** (*Abies*), **Walnuss** (*Juglans*) und **Zypressengewächsen** (*Cupressaceae*).

Von **Schimmelpilzsporen** ist in der kühlen Luft nichts zu befürchten. Sporen von *Pleospora* sind jedoch etwas häufiger als im trockenen April und können auch mal mäßig häufig fliegen. *Cladosporium* könnte die nächste Warmphase für einen ersten kleinen „Run“ nutzen. Wärme steht aber in den kommenden Tagen wahrlich nicht zur Debatte.



Kühl und feucht geht's durch den Mai – die Natur wird's freuen.
© Matthias Werchan

Bevorstehende Veranstaltungen mit Beteiligung des PID:

5.–6. Juni 2026:

35. Jahrestagung der Arbeitsgemeinschaft Pädiatrische Pneumologie und Allergologie e.V. (APPA) in Rostock. Das Programm sowie die Anmeldung finden Sie [hier](#).

Wie nutzen Sie Pollenfluginformationen und -vorhersagen? Wir möchten Sie herzlich zur Teilnahme an einer [Befragung des Zentrums für Medizin-Meteorologische Forschung des Deutschen Wetterdienstes](#) einladen. Die Umfrage dauert etwa 10 Minuten. In der Befragung finden Sie auch einige Fragen zu unserer Wochenpollenvorhersage. Herzlichen Dank für Ihre Zeit und gerne können Sie die Umfrage an Interessierte weiterleiten.

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. •