

Wochenpollenvorhersage Adrian

Hochsommer nimmt Anlauf – Gräserpollenflug mit erneuter Dynamik.

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

In der zurückliegenden Vorhersagewoche standen sich beim Wetter kühle Atlantik- und warme Mittelmeerluft gegenüber, wobei der Atlantik, um es mal fußballgemäß zu beschreiben, in der Nordhälfte mit 7 zu 0 gewann, in der Südhälfte zumindest ein, zwei Gegentreffer in Form von Sommertagen kassierte. Regen ging praktisch überall im Land irgendwann während der letzten Tage nieder, größere Mengen gab es aber nur vereinzelt. Beim Blick zurück auf den Pollenflug stehen erneut die Gräser im Mittelpunkt. An deren Pollen hatten Allergiebetroffene weiterhin schwer zu knabbern. Da der Sommer aber allgemein fremdelte, gab es neben Tagen mit hoher Belastung auch mal Tage, an denen der Pollenflug (deutlich) Maß hielt. Mengenmäßig lagen Gräserpollen größtenteils vor allen anderen Pollenarten, saisonale Peakkonzentrationen blieben aber die Ausnahme. Auf Rang 2 der Liste lagen entweder Pollen der Brennnesselgewächse oder Pollen von Linden, Esskastanien oder Kiefern. Hohe Pollenwerte blieben allerdings Einzelfälle oder dürften sich in der Nähe zu den jeweiligen Pollenquellen zugetragen haben. Gering bis mäßig häufig traten Ampfer- und Wegerichpollen auf, in manchen Städten auch Pollen des Götterbaums. Holunderpollen zogen sich in die kühleren Ecken des Landes zurück, waren dort noch regelmäßig anzutreffen, ansonsten vereinzelt sich die Pollen immer mehr. Weitere Pollen in sehr geringer Zahl kamen von Gänsefuß- und Rötengewächsen, Dolden- und Korbblütlern, Sauergräsern oder Bäumen wie Birke, Eiche und Zypressengewächsen. Bei den Sporen der Schimmelpilze konnte nur *Cladosporium* „punkten“, womit in den vergangenen Tagen das vereinzelte Erreichen des Sporentypen-spezifischen Schwellenwertes gemeint ist, ab dem Allergiesymptome auftreten können. Bei *Alternaria* reichte es bisher nirgendwo für entsprechend starke Sporenflüge. Auch *Epicoccum*-Sporen waren bisher nur wenige unterwegs.

In der aktuellen Vorhersagewoche kommt – um im Fußballbild zu bleiben – der Hochsommer an den Ball. Das Torverhältnis der Vorwoche (siehe oben) dürfte sich umkehren und warme Mittelmeerluft die Tabellenführung übernehmen. Besonders in der Südwesthälfte geht es über den gesamten Vorhersagezeitraum sehr hitzig zu. Kühle Atlantikluft ist vorerst abgemeldet oder wird höchstens im Norden zwischenzeitlich ins Spiel gebracht. Heftige Gewitter bekommen angesichts der explosiven Luftmassen ebenfalls ihre Chance. Der Pollenflug kann sich in seiner Gesamtheit trotz Sommer und Sonne nur noch bedingt steigern, da sich die Anzahl bedeutender Pollenlieferanten bereits auf wenige Arten bzw. Gattungen beschränkt. Die Schimmelpilzsporen laufen sich dagegen gerade erst so richtig warm.

Die **Gräserpollensaison** (*Poaceae*) läuft und kann in den nächsten Tagen noch einmal an Dynamik gewinnen. Besonders in der gesamten Nordhälfte und in praktisch allen Höhenlagen der Berge dürfte es Zuwächse bei den Pollenwerten geben einschließlich saisonaler Konzentrationsgipfel. Entsprechend muss man mit einer rotgetünchten Warnkarte und oft anhaltend hohen Belastungen im gesamten Land rechnen. Nur die durchziehenden Gewitter können die Pollenoffensive ausbremsen. Gräserpollenallergiker sollten jedoch beim Aufzug eines Gewitters und in den ersten Minuten des Gewitterregens auf die Möglichkeit einer plötzlichen Verstärkung von Allergiesymptomen bis hin zum Pollenasthma hingewiesen werden, dem sogenannten Gewitterasthma. Es empfiehlt sich, den Beginn eines Gewitters möglichst drinnen bei geschlossenen Fenstern abzuwarten und Wohnung oder Büro erst zu lüften, nachdem der Regen eine Zeit lang angehalten hat. Getreidepollen wie die des **Roggens** (*Secale*) oder Weizens (*Triticum*) spielen in der Gesamtbetrachtung keine nennenswerte Rolle (mehr). Ein paar Getreidepollen in der Luft sind aber möglich.

Der Pollenflug der **Brennnesselgewächse** (*Urticaceae*) dürfte aufgrund der Wärme Aufwind bekommen oder zumindest aus dem Windschatten heraustreten. Denn bisher war es in dieser Saison noch nicht weit her mit dieser Pollenart. Seit Wochen unverändert schwaches bis mäßiges Pollenaufkommen – da hat der Verfasser dieses Bulletins in anderen Jahren zum Sommeranfang schon deutlich mehr gesehen. Nun dürfte sich der Pollenflug jedoch Tag für Tag etwas steigern und an immer mehr Orten mit den Gräsern

gleichziehen – nicht gleich am Anfang, aber voraussichtlich zum Ende der Vorhersageperiode. Hohe Pollenkonzentrationen stehen also zur Diskussion, geringe Werte nur noch bei länger anhaltenden Regenfällen. Auf vielen Wiesen, Weiden und Wegrändern blühen zahlreiche weitere krautige Pflanzen. Dazu gehören die bekannten Windbestäuber **Ampfer** (*Rumex*) und **Wegerich** (*Plantago*), die den ganzen Sommer über immer wieder neue Blüten hervorbringen. Beide Gattungen treten trotz Sommerwetters mit wenig veränderten Pollenzahlen an. Oft mäßig, in unmittelbarer Nähe zu den Pollenquellen teils stark – so lässt sich der Pollenflug dieser weit verbreiteten Pflanzen für praktisch alle Landesteile zusammenfassen. Vor allem beim Wegerich sind (starke) Allergiesymptome bei intensivem Pollenkontakt möglich. Die **Holunderblüte** (*Sambucus*) wird in der warmen bis heißen Luft der nächsten Tage rasch zu Ende gehen. Abseits des hohen Nordens und der Gebirge, wo örtlich leichter Holunderpollenflug bestehen bleibt, verschwinden Holunderpollen alsbald aus der Luft. Auch bei der Blüte des invasiven **Götterbaums** (*Ailanthus*) geht es jetzt schnell. In den wärmeren, um nicht zu sagen heißeren Landesteilen verblühen in den nächsten Tagen bereits die letzten Bäume, womit der Pollenflug versiegt. Die Blüte im Norden und Osten hält zwar weiter an, beginnt in einigen städtischen Wärmeinseln aber ebenfalls nachzulassen. Anfangs ist der Pollenflug teils noch mäßig, in Baumnähe auch stark, später nur noch vereinzelt nennenswert. Bei den **Linden** (*Tilia*) wechseln im Verlauf der Vorhersagewoche nur die Protagonisten, von der Sommerlinde (*T. platyphyllos*) zur Winterlinde (*T. cordata*) und anderen Arten. Der Pollenflug bleibt in etwa auf dem Niveau der Vorwoche. Die **Esskastanien** (*Castanea*) blühen. Da diese Bäume in Deutschland recht selten gepflanzt werden und nur im Südwesten Deutschlands natürlicherweise vorkommen oder dort als größere Plantagen angelegt sind, ist der Pollenflug ungleich verteilt, mit den meisten Pollen im Südwesten, entlang von Rhein, Saar und Mosel, wo dann mäßiger bis stellenweise starker Pollenflug regelmäßig auftritt und auch in den nächsten Tagen auftreten wird. Sofern die Windrichtung (Süd- bis Südwestwind) stimmt, gelangen über Ferntransporte ebenfalls Pollen nach Deutschland bis in den Norden der Republik. Dann sind selbst dort tageweise hohe Pollenkonzentrationen möglich, während sonst nur wenige Pollen fliegen. Lindenpollen kann bei einigen Menschen zu Sensibilisierungen und spürbaren allergischen Symptomen führen. Götterbaumpollen ist gleichermaßen ein Allergieauslöser, hohe bzw. höhere Pollenwerte sind jedoch auf die Umgebung männlicher Bäume beschränkt. Pollen der Esskastanien können bei ausreichender Zahl zu Kreuzreaktionen bei Birkenpollenallergikern führen. Zu den oben genannten Pollenarten gesellen sich gelegentlich oder in meist sehr geringen Anteilen folgende Pollenarten: **Beifuß** (*Artemisia*), **Gänsefußgewächse** (*Chenopodiaceae*), Hanfgewächse (*Cannabaceae*) – aktuell ausschließlich Hanf (*Cannabis*), Hahnenfuß- (*Ranunculaceae*) und Rötengewächse (*Rubiaceae*), **Kiefer** (*Pinus*), Liguster (*Ligustrum*), Löwenzahn (*Taraxacum*), Mädesüß (*Filipendula*), Sauergräser (*Cyperaceae*) und **Zypressengewächse** (*Cupressaceae*). Auch Dolden- (*Apiaceae*), Korb- (*Asteraceae*) und Kreuzblütler (*Brassicaceae*), Natternkopf (*Echium*) oder **Olive** (*Olea*) können mit einzelnen Pollenkörnern zum Pollenspektrum beitragen. In den Höhenlagen der Alpen sind noch ein paar **Erlenpollen** (*Alnus*) von den dortigen Grünerlen (*A. viridis*) unterwegs. Viel ist es nicht mehr, die Blüte endet in der warmen Luft schnell.

Der **Sporenflug allergener Schimmelpilze** nimmt langsam Form an. Das feuchtheiße Wetter begünstigt die Sporulation und die nachfolgende Freisetzung der gebildeten Sporen. Vor allem bei *Cladosporium* kann es in den nächsten Tagen zu ersten deutlichen Konzentrations- und Belastungsspitzen dieser Saison kommen. Der Schwellenwert zur Auslösung von Allergiesymptomen kann dabei an einzelnen Tagen stellenweise um ein Mehrfaches überschritten werden. In Küstennähe bei Seewind und auf den Bergen ist der Sporenflug schwächer. Auch der Sporenflug von *Alternaria* und *Epicoccum* folgt in den kommenden Tagen einem Aufwärtstrend. Es ist nicht auszuschließen, dass es bei *Alternaria* zu ersten zaghaften Überschreitungen der Reizschwelle kommt und Allergiesymptome auftreten können. Der Sporenflug von *Epicoccum* dürfte zumindest auf ein mittleres Niveau ansteigen.



Eine blühende Esskastanie (Castanea) im Frankfurter Bankenviertel am 13. Juni 2026. © Matthias Werchan

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.

 **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  GmbH & Co. KG und der  für das Sponsoring dieser Wochenpollenvorhersage. •