



www.pollenstiftung.de

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

Wochenpollenvorhersage Jens

Wechselhaft und kühl – nur phasenweise erhöhte Pollenbelastung durch Birke und Esche.

Deutscher Name	Wissenschaftlicher Name	Tendenz für die nächsten 7 Tage
Birke	<i>Betula</i>	→
Esche	<i>Fraxinus</i>	→
Hainbuche	<i>Carpinus</i>	→
Weide	<i>Salix</i>	→
Pappel	<i>Populus</i>	↘
Zypressengewächse	<i>Cupressaceae</i>	↘
Eibe	<i>Taxus</i>	↘
Erle	<i>Alnus</i>	↘
Hasel	<i>Corylus</i>	↘
Ulme	<i>Ulmus</i>	↘

Das Wetter der vergangenen Tage gestaltete sich häufig freundlich und sonnig, garniert mit milden Nachmittagen und teils frostigen Nächten. Der im letztwöchigen Pollenbulletin (am 18. März) vorhergesagte markante Wetterwechsel ließ sich nun doch bis zum heutigen Vorhersagetag bitten und leitet aktuell einen turbulenten Witterungsabschnitt ein. In den wettermäßig ruhigen Vortagen flogen in der Westhälfte entlang von Rhein, Main und Ruhr in zunehmendem Maße Birkenpollen, sodass sich dort immer verbreiteter mäßige bis (lokal sehr) hohe Belastungen einstellten. Am gestrigen Dienstag erreichten Birkenpollen erstmals auch den Osten der Republik in größerer Zahl (teils kurzzeitig hohe Belastungen) in einer Mischung aus ersten lokal produzierten sowie angereisten Pollen aus anderen Landesteilen. Zuvor waren Birkenpollen von der Landesmitte bis in den Osten und Norden noch kein Thema gewesen. Eher kamen mit östlichen Winden weiterhin Erlenpollen aus Nordeuropa zu uns, die vor allem im Norden und Nordosten für eine recht beständige mäßige Grundbelastung sorgten. Eschenpollen verursachten in der großen Südwesthälfte bis in etwa zur Landesmitte und bis an die Weser mäßige bis hohe Belastungen. Im Laufe der Vorhersagewoche gelangen der Esche auch weiter gen Osten erste „Überraschungen“ in Form hoher Belastungen. Nur der äußerste Osten und Nordosten blieben davon verschont.

Die Hainbuche hielt sich zunächst eher an die Südwest- und Westhälfte und ging dort gebietsweise mit beachtlichen Konzentrationen an den Start. Gegen Ende der Vorhersageperiode machte sie dann auch im Osten, insbesondere in städtischen Wärmeinseln, zunehmend auf sich aufmerksam, zunächst noch mit niedrigen bis mittleren Werten. Pappelpollen nahmen zeitweilig die Poleposition beim Pollenflug ein, insbesondere im Norden und Osten, wo am häufigsten hohe Konzentrationen gemeldet wurden. Weidenpollen und Pollen der Zypressengewächse flogen meist mäßig, Ulmenpollen allmählich seltener. Vor allem in der Südwesthälfte blühen kaum noch Ulmen, während die weiter anhaltende Blüte im Norden und Osten dort noch für mittlere Konzentrationen sorgte. Hier nahm im Verlauf auch der Ahornpollenflug deutlich zu, ein Hinweis auf den Beginn der Blüte des Eschenahorns.

Eiben- und Haselpollen flogen im Verhältnis zu den Vorwochen nur noch (sehr) wenige. Noch seltener zeigten sich Pollen von Lärche, Rosengewächsen, Sanddorn, Sauer- oder gar Süßgräsern. In den klimatisch begünstigsten Gebieten entlang des Rheins tauchten vereinzelt erste Platanen- und Rotbuchenpollen auf. Der Sporenflug der Schimmelpilze blieb in Gänze unbedeutend und damit allergologisch unauffällig.

Preschen, sprinten oder spurten sind keine Ausdrücke, die die Entwicklung des Frühlings in den kommenden Tagen gut beschreiben. Eher lässt sich der Frühling Zeit, macht mal Pause, zögert oder weicht gar zurück, wie in den höheren Lagen der Mittelgebirge und der Alpen, wo zwischenzeitliche Schneefälle die Landschaft weiß überziehen. Selbst im Tiefland können mal Graupel- oder Schneeregen schauer niedergehen. Am Freitag (27. März) und Sonntag (29. März) lässt sich aber zumindest mal häufiger die Sonne sehen mit den dann voraussichtlich höchsten Pollenwerten der Vorhersagewoche. So richtig dick ins Geschäft kommen die Pollen in dieser Vorhersagewoche aber nirgendwo.

Die **Birken** (*Betula*) dürften angesichts der allgemeinen „Unterkühlung“ der kommenden Tage hierzulande kaum Blühfortschritte machen. Spielt das Wetter mal länger mit (trocken mit etwas Sonnenschein), werden vor allem im Westen und Südwesten hohe Pollenkonzentrationen erreicht. In den meisten anderen Gebieten ist Birkenpollen zumindest schwach bis mäßig vertreten, lokal kurzzeitig auch stark (städtische Wärmeinseln). Im Küstenumfeld, in den östlichen und südöstlichen Mittelgebirgen und in den höheren Lagen der Alpen bleiben Birkenpollen vorerst eine Rarität. An niederschlagsreichen Tagen bleibt der Birkenpollenflug generell eher mau und die Allergie betroffenen von starken Symptomen verschont.

Auch bei den **Eschen** (*Fraxinus*) beschränkt sich nennenswerter Pollenflug auf die freundlicheren Tage

(Freitag/Samstagsvormittag, Sonntag), an denen sich zwischenzeitlich recht verbreitet mittlere bis knapp hohe Belastungen einstellen können. Ansonsten fallen die Belastungen aufgrund des kühlen und wechselhaften Wetters größtenteils gering aus. Dies gilt wetterunabhängig auch für den äußersten Osten, die dortigen Bergländer, die Ostseeküste und die Alpen, die auf Eschenpollen transport aus anderen Regionen „angewiesen“ sind, da die dortigen Pflanzen noch nicht oder nur vereinzelt blühen.

Die **Erle** (*Alnus*) räumt nun zunehmend das Feld und macht anderen Pollenarten Platz. Es fliegen zwar vor allem im Norden und Osten hin und wieder noch mittlere Konzentrationen, doch insgesamt zählen die verbliebenen Erlenpollen zur sprichwörtlichen „Ramschware“, um die sich kein Allergiker mehr schert.

Pollen der **Hainbuche** (*Carpinus*) sind, wenn es das Wetter zulässt, in vielen Regionen gering bis mäßig häufig vertreten. An sonnigen und etwas mildereren Nachmittagen können lokal auch mal hohe Konzentrationen auftreten. Der äußerste Norden und Osten sowie die höheren Berglagen bleiben allerdings weitestgehend frei von Hainbuchenpollen.

Die Pollensaison der **Eibe** (*Taxus*) geht zu Ende. Im Zusammenspiel mit dem kühlen Tiefdruckwetter kommt der Pollenflug weitestgehend zum Erliegen.

Die Hauptsaison der Pollen der **Zypressengewächse** (*Cupressaceae*) reicht hierzulande bis weit in den April. Daher stellen die kommenden, kühlen und wechselhaften Tage eher eine zwischenzeitliche Beruhigung des Pollenflugs dar, an denen vorwiegend geringe Pollenkonzentrationen auftreten. Nur zeitweilig ist mal etwas mehr Pollenflug zu erwarten, speziell an trockenen Tagen mit südwestlichen Winden.

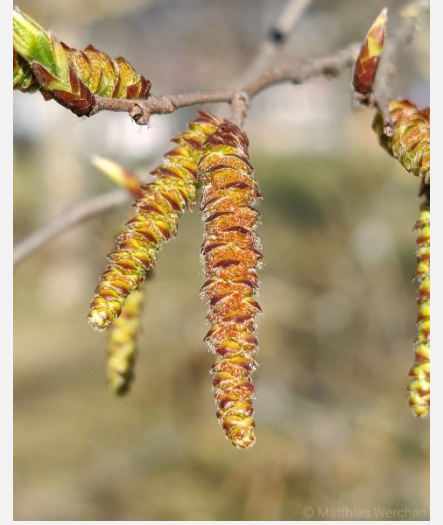
Der Höhepunkt der **Pappelblüte** (*Populus*) ist vielerorts vorüber, ebenso der der **Ulmenblüte** (*Ulmus*). Entsprechend fliegen Ulmenpollen nur noch spärlich mit den höchsten Werten im Norden und Osten, wo an trockenen Tagen nochmals mittlere Pollenkonzentrationen auftreten, ansonsten fliegen Ulmenpollen größtenteils schwach oder nur noch vereinzelt (Westen und Südwesten). Pappelpollen können besonders zwischen Freitag und Sonntag in der Nordosthälfte erneut in hoher Konzentration fliegen, im restlichen Land und an sehr wechselhaften Tagen ist der Pappelpollenflug schwach bis mäßig.

Die Blüte der **Weiden** (*Salix*) hält an. Weidenpollen fliegen je nach umgebender Weidenartenkonstellation und entsprechendem Blühstadium der Art schwach bis mäßig. Mehr gibt das bescheidene Frühlingswetter nicht her.

Der Pollenflug des **Ahorns** (*Acer*) hängt in den kommenden Tagen weiterhin am „Rockzipfel“ des in die Blüte gekommenen windbestäubten Eschenahorns (*Acer negundo*). Im Optimalfall (länger Sonne und trocken) können mittlere Pollenkonzentrationen in der Nordosthälfte des Landes auftreten – entsprechend dem Hauptverbreitungsgebiet dieser invasiven Art. Ansonsten steuern insektenbestäubte Ahornarten hier und da ein paar zusätzliche Ahornpollen bei.

Weitere Pollenarten, die in geringer Zahl in der Luft vertreten sein können, gehören zu **Hasel** (*Corylus*), **Lärche** (*Larix*), **Rosengewächsen** (*Rosaceae*), **Sanddorn** (*Hippophae*) oder **Sauergräsern** (*Cyperaceae*). In den klimatisch mildesten Regionen sind bei Sonnenschein erste Pollen von **Raps** (*Brassica*), **Gräsern** (*Poaceae*), **Buche** (*Fagus*) oder **Platane** (*Platanus*) in der Luft.

Von den in der Außenluft befindlichen **Sporen** allergologisch bedeutsamer Schimmelpilzgattungen wie *Alternaria* und *Cladosporium* geht weiterhin keine Gefahr aus. Lediglich die mit *Alternaria* verwandten *Pleospora* können im zeitlichen Umfeld der durchziehenden Regenfälle zeitweilig in mittlerer Konzentration auftauchen. Nicht auszuschließen ist, dass dabei auch der Schwellenwert erreicht wird, der *Alternaria* zum Auftreten von Allergiesymptomen führt. Ob und in welchem Ausmaß Kreuzreaktionen der *Pleospora* zu *Alternaria* möglich sind und wo die Schwellenwerte zur Auslösung von Allergiesymptomen tatsächlich liegen, ist allerdings weitestgehend unerforscht.




Blütenstand der Hainbuche (*Carpinus*). Auch deren Pollen kann Allergiesymptome hervorrufen.
© Matthias Werchan


Bevorstehende Veranstaltungen mit Beteiligung des PID:

18. April 2026:

38. Allergie-Kolloquium - „Update Allergologie“ am


Forschungszentrum Borstel, Leibniz Lungenzentrum, Parkallee 1-40, 23845 Borstel. Das Programm sowie Informationen zur Anmeldung finden Sie  [hier](#).

In der Fachzeitschrift „Allergy“ ist Ende 2025 eine neue wissenschaftliche Publikation erschienen, an der unsere Stiftung – unter Mitwirkung von Dr. Barbora Werchan und Matthias Werchan – beteiligt ist.  **Climate Change, Air Quality, and Pollen Allergies—State of the Art and Recommendations for Research and Public Health** (open access)



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. •