

Wochenpollenvorhersage Valerie

Gräserpollensaison in vollem Gang – weithin hohe Belastungen!

Deutscher Name	Wissenschaftlicher Name	Tendenz für die nächsten 7 Tage
Brennnesselgewächse	<i>Urticaceae</i>	↗
Gräser	<i>Poaceae</i>	↗
Holunder	<i>Sambucus</i>	↗
Wegerich	<i>Plantago</i>	↗
Ampfer	<i>Rumex</i>	→
Eiche	<i>Quercus</i>	↘
Fichte	<i>Picea</i>	↘
Kiefer	<i>Pinus</i>	↘

Nach einem leicht wechselhaften und temperaturmäßig eher verhaltenen Start in die zurückliegende Vorhersagewoche machte sich zu Pfingsten und danach der Sommer kräftig ans Werk mit ersten Hitzetagen und Dauersonne. Unter diesen Umständen stapelten sich nicht nur die Temperaturen, sondern auch die Pollen. Vor allem die bei Allergikern gefürchteten Gräserpollen liefen sich nicht nur warm, wie im letztwöchigen Bulletin getitelt. Eher entsprach der dokumentierte Anstieg der Pollenwerte einem regelrechten Sprint. Besonders in Richtung Südwesten gingen die Pollenwerte bereits zu Beginn des verlängerten Wochenendes in Richtung saisonaler Spitzenkonzentration. Sonst waren es meist „nur“ die hohen Belastungen, die den Betroffenen zu schaffen machten – allerdings auch noch nicht gleich überall. In Regionen, in denen die Gräserblüte zuvor gerade erst eingesetzt hatte (Nordosten, Südosten, äußerster Norden), mussten aus den anfangs geringen Belastungen zunächst einmal mäßige werden. In diesen Regionen wurde oft erst gegen Ende erstmals ein verbreitet hohes Belastungslevel erreicht. An den Küsten bei Seewind und in höheren Berglagen speziell nach Osten und in den Alpen kam man sogar noch glimpflicher durch diese für den Gräserpollenflug optimalen Tage. Die zahlreichen Pollen der Wildgräser wurden in den letzten Tagen vermehrt durch Roggenpollen begleitet, die die Gräserpollen-Gesamtsumme weiter erhöhten.

Ins Laufen kam nun auch der Pollenflug krautiger Pflanzen. Besonders der Ampfer legte für seine Verhältnisse ordentlich los, wobei sich aus zuvor Einzelpollen oftmals mäßiger Pollenflug entwickelte. Wegerichpollen lassen sich naturgemäß etwas länger bitten, örtlich wurden neben geringen ebenfalls knapp mäßige Werte erreicht. Der Pollenflug der Brennnesselgewächse erzielte in Rheinnähe zuletzt fast schon hohe Werte, während er in den meisten anderen Landesteilen noch gering bis knapp mäßig ausfiel. Die pollenstarken Kiefern konnten sich während des sommerlichen Wetters dem größten Teil ihrer übrig gebliebenen Pollen entledigen und besonders nach Osten und Nordosten noch einmal mit durchgehend starkem Pollenflug aufwarten, wobei im Ostseeküstenumfeld erst jetzt die saisonalen Peakkonzentrationen erreicht wurden. In den meisten anderen Landesteilen flogen Kiefernpollen häufig in mittlerer Zahl. Weitere Pollenarten kamen in geringer, lokal aber auch höherer Zahl vor; zu nennen wären Eiche, Holunder, Maulbeere, Platane, Raps und Rosskastanie. In den Alpen sorgte die beginnende Blüte der Grünerle für lokal bedeutsamen Erlenpollenflug. Einzelne Pollen steuerten insektenbestäubte Kräuter aus diversen Pflanzenfamilien bei oder auch Birke, Sauergräser, Walnuss, Weide und andere.

Als „kleines Schmankerl“ zum Schluss kann von eher exotischen, da mediterranen Olivenpollen berichtet werden, die als Ferntransporte selbst den Nordosten Deutschlands am gestrigen Tag und am Pfingstsonntag (24. Mai) in auffallender Zahl erreichten. Dabei wurden beispielsweise in Berlin knapp mittlere Pollenwerte erreicht. Beim Sporenflug der Schimmelpilze setzte langsam Unruhe ein. Vor allem die Konzentrationen von Cladosporium kratzten erstmals an der Sporentyp-spezifischen Warnschwelle. Alternaria-Sporen lagen mit ihren Werten zwar nicht mehr im Bereich von Einzelsporen, die registrierten Werte lagen jedoch allgemein noch deutlich unter der bekannten Warnschwelle für diesen Sporentyp.

Die kommenden Tage verlaufen nicht mehr so störungsfrei wie die zurückliegenden. Ab Freitag übernimmt bis zum Ende der Vorhersagewoche feuchtere und etwas gemäßigttere Atlantikluft die Regie, wobei Schauer und teils kräftige Gewitter mitmischen. Von einem wirklichen Kälterückfall ist in den Wettermodellen aber nichts zu sehen. Häufigere Niederschläge können den Pollenflug örtlich stören. Trotz regionaler regenbedingter Pollenflugpausen sind die Pollenflugbedingungen im Großen und Ganzen nicht schlecht. Von längeren Entlastungsphasen sollten Pollenallergiker daher nicht ausgehen.

Die **Gräserpollensaison** (*Poaceae*) schreitet voran. Erste saisonale Pollenflughöhepunkte wurden bereits erreicht, weitere können in den nächsten Tagen folgen und neben dem Südwesten auch Gebiete weiter in der Mitte und im Norden betreffen – dies allerdings nur in Verbindung mit ganztägig trockenem Wetter. Hohe Gräserpollenwerte belasten an sonnigen und trockenen Tagen aber das ganze Land. Das ganze Land? Nein! Denn frei nach den legendären Einleitungssätzen der Asterix-Comics widersetzen sich

unbeugsame Nordseeinseln, Küstenabschnitte bei Seewind und hoch gelegene Orte in den östlichen Mittelgebirgen und den Alpen den hohen Belastungen. Etwas schwächer fällt der Pollenflug auch im Inneren geschlossener Wälder aus sowie innerhalb stark versiegelter Innenstädte mit „ordentlich“ gemähten Wiesen. Auch an Regentagen ist zwischendurch Zeit zum Durchatmen. Da blühende Gräser gerade überall rumstehen, sind die Pollen nach Abzug des Regens allerdings schnell wieder im Anflug. Aus dem Wege gehen sollten Gräserpollenallergiker in jedem Fall ungemähten Wiesen, da hier die Pollenkonzentrationen noch einmal um Größenordnungen höher ausfallen können als an den regulären Messpunkten des Pollenflugs. Der **Roggen** (*Secale*) hat in den Tieflagen vielerorts den Blühhöhepunkt erreicht. Roggenpollen fliegen demnach je nach Größe der Anbauflächen in der Region mal vereinzelt, mal mäßig oder in Ackernähe auch stark. Entsprechend werden Gräserpollenallergiker zusätzlich durch diese Pollen traktiert. Leichter **Eichen**pollenflug (*Quercus*) ist noch im Norden und in höheren Berglagen zu erwarten. Ansonsten ist die Saison für dieses Jahr vorbei und höchstens mal ein einzelnes Pollenkörnchen unterwegs.

Die **Kiefer** (*Pinus*) hat dieses Jahr bereits geliefert und ihre Pollenkontingente größtenteils aufgebraucht. Was noch übrig ist im kühlen Norden und Nordosten oder in den Bergen, führt dort stellenweise zu starkem Pollenflug. Abseits dieser Gegenden dünnt der Pollenflug aus und ist meist mäßig, an nassen Tagen auch schwach. **Fichten**pollen (*Picea*) sind weiterhin in den Hochlagen der Alpen und einiger östlicher Mittelgebirge Thema, wo mittleres bis starkes Pollenaufkommen stellenweise zu erwarten ist. In den Tieflagen ist nur in unmittelbarer Gebirgsnähe herabgewehter Pollen in kleiner Zahl zu finden. Sonst ist die Luft Fichtenpollen-frei.

Ampfer (*Rumex*) und **Wegerich** (*Plantago*) blühen und verursachen geringen bis mäßigen Pollenflug, beim Ampfer mit gleichbleibender, bei Wegerich mit leicht ansteigender Tendenz. Auf verkrauteten Wiesen können die Pollenwerte beider Pollenarten örtlich höher ausfallen. Die Pollen der **Brennnesselgewächse** (*Urticaceae*) nehmen gegenüber der Vorwoche leicht zu. Im Südwesten können an trockenen und warmen Tagen erstmals dieses Jahr hohe Pollenkonzentrationen auftreten. Damit schiebt sich diese Pollenart dort bereits auf Platz 2 vor. In den meisten anderen Landesteilen sind mittlere Pollenkonzentrationen anzutreffen.

Die **Holunderblüte** (*Sambucus*) ist im ganzen Land in vollem Gang. Holunderpollen fliegen in der Fläche schwach bis mäßig. In direkter Nachbarschaft zu blühenden, doldenreichen Büschen sind hohe Konzentrationen zu erwarten.

Der **Raps** (*Brassica*) verblüht nun auch im Norden und Osten, womit das regelmäßige Auftreten von Rapspollen endet. Ein paar Pollen aus der Familie der Kreuzblütler (*Brassicaceae*) wird man aber bis in den September hinein hin und wieder begegnen.

Im Südwesten und entlang des Rheins beginnt in den kommenden Tagen zaghaft die Blüte von Sommerlinde (*Tilia*), **Esskastanie** (*Castanea*) und **Götterbaum** (*Ailanthus*). Lokal setzt damit in diesen Gegenden zunächst geringer Pollenflug dieser drei Baumarten ein.

An weiteren Pollenarten treten vereinzelt auf: Birke (*Betula*), Binsen- (*Juncaceae*), Hahnenfuß- (*Ranunculaceae*) und Rosengewächse (*Rosaceae*), Hemlocktanne (*Tsuga*), Liguster (*Ligustrum*), Löwenzahn (*Taraxacum*), Mädesüß (*Filipendula*), **Platane** (*Platanus*), Robinie (*Robinia*), **Rosskastanie** (*Aesculus*), Sauergräser (*Cyperaceae*), Spierstrauch (*Spiraea*), **Walnuss** (*Juglans*) und **Zypressengewächse** (*Cupressaceae*). Auch Dolden- (*Apiaceae*) oder Korbblütler (*Asteraceae*) können mit einzelnen Pollenkörnern zum Pollenspektrum beitragen. Steht der Wind günstig, schlagen eventuell wieder einzelne **Oliven**pollen (*Olea*) aus dem Mittelmeerraum bei uns auf. In den Höhenlagen der Alpen betätigt sich zudem die **Grünerle** (*Alnus viridis*). Stellenweise kann hier der Erlenpollenflug auf ein mittleres Niveau aufleben, punktuell auch darüber und entsprechend belasten.

Bei den **Schimmelpilzsporen** erfreut sich vor allem *Cladosporium* am kommenden feuchtwarmen Wetter und kann dann an trockenen Tagen entsprechend viele Sporen abgeben. Die Sporentyp-spezifische Warnschwelle kann an einzelnen Tagen gebietsweise (leicht) überschritten werden, bevorzugt im Süden und Westen des Landes. Die Sporen von *Alternaria* und *Epicoccum* werden ebenfalls langsam mehr. Die Warnschwelle bei *Alternaria*-Sporen wird in den nächsten Tagen allerdings noch nicht erreicht werden.



Die Gräser schöpfen derzeit aus dem Vollen, darunter auch das Knäuelgras (Dactylis). © Hans Severin

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