

Pollenkalender 2008

Deutscher Pollenkalender, erstellt vom Institut für Meteorologie der Freien Universität Berlin

Freie Universität



Berlin

www.met.fu-berlin.de

überreicht durch:

- Informationen rund um allergische Rhinitis und Asthma
- Eine tagesaktuelle Pollenflugvorhersage
- Selbsttest: Wann zum Arzt?

...finden Sie unter:



Januar

körperliches Befinden bitte ankreuzen: ☺ ☹ ☹ ☹ ☹	Hasel		Erle	
	☺	☹	☺	☹
1 Di				
2 Mi				
3 Do				
4 Fr				
5 Sa				
6 So				
7 Mo				
8 Di				
9 Mi				
10 Do				
11 Fr				
12 Sa				
13 So				
14 Mo				
15 Di				
16 Mi				
17 Do				
18 Fr				
19 Sa				
20 So				
21 Mo				
22 Di				
23 Mi				
24 Do				
25 Fr				
26 Sa				
27 So				
28 Mo				
29 Di				
30 Mi				
31 Do				

Februar

körperliches Befinden bitte ankreuzen: ☺ ☹ ☹ ☹ ☹	Hasel		Erle	
	☺	☹	☺	☹
1 Fr				
2 Sa				
3 So				
4 Mo				
5 Di				
6 Mi				
7 Do				
8 Fr				
9 Sa				
10 So				
11 Mo				
12 Di				
13 Mi				
14 Do				
15 Fr				
16 Sa				
17 So				
18 Mo				
19 Di				
20 Mi				
21 Do				
22 Fr				
23 Sa				
24 So				
25 Mo				
26 Di				
27 Mi				
28 Do				
29 Fr				

März

körperliches Befinden bitte ankreuzen: ☺ ☹ ☹ ☹ ☹	Hasel		Erle		Birke	
	☺	☹	☺	☹	☺	☹
1 Sa						
2 So						
3 Mo						
4 Di						
5 Mi						
6 Do						
7 Fr						
8 Sa						
9 So						
10 Mo						
11 Di						
12 Mi						
13 Do						
14 Fr						
15 Sa						
16 So						
17 Mo						
18 Di						
19 Mi						
20 Do						
21 Fr						
22 Sa						
23 So						
24 Mo						
25 Di						
26 Mi						
27 Do						
28 Fr						
29 Sa						
30 So						
31 Mo						

April

körperliches Befinden bitte ankreuzen: ☺ ☹ ☹ ☹ ☹	Hasel/Erle		Birke		Roggen		Gräser	
	☺	☹	☺	☹	☺	☹	☺	☹
1 Di								
2 Mi								
3 Do								
4 Fr								
5 Sa								
6 So								
7 Mo								
8 Di								
9 Mi								
10 Do								
11 Fr								
12 Sa								
13 So								
14 Mo								
15 Di								
16 Mi								
17 Do								
18 Fr								
19 Sa								
20 So								
21 Mo								
22 Di								
23 Mi								
24 Do								
25 Fr								
26 Sa								
27 So								
28 Mo								
29 Di								
30 Mi								

Mai

körperliches Befinden bitte ankreuzen: ☺ ☹ ☹ ☹ ☹	Hasel/Erle		Birke		Roggen		Gräser	
	☺	☹	☺	☹	☺	☹	☺	☹
1 Do								
2 Fr								
3 Sa								
4 So								
5 Mo								
6 Di								
7 Mi								
8 Do								
9 Fr								
10 Sa								
11 So								
12 Mo								
13 Di								
14 Mi								
15 Do								
16 Fr								
17 Sa								
18 So								
19 Mo								
20 Di								
21 Mi								
22 Do								
23 Fr								
24 Sa								
25 So								
26 Mo								
27 Di								
28 Mi								
29 Do								
30 Fr								
31 Sa								

Juni

körperliches Befinden bitte ankreuzen: ☺ ☹ ☹ ☹ ☹	Birke		Gräser		Roggen		Beifuß	
	☺	☹	☺	☹	☺	☹	☺	☹
1 So								
2 Mo								
3 Di								
4 Mi								
5 Do								
6 Fr								
7 Sa								
8 So								
9 Mo								
10 Di								
11 Mi								
12 Do								
13 Fr								
14 Sa								
15 So								
16 Mo								
17 Di								
18 Mi								
19 Do								
20 Fr								
21 Sa								
22 So								
23 Mo								
24 Di								
25 Mi								
26 Do								
27 Fr								
28 Sa								
29 So								
30 Mo								

Konzentration: (Pollenzahl/m³ Luft)

geringe Belastung <4

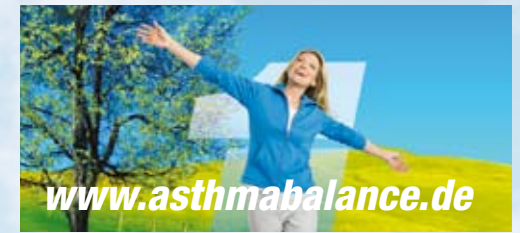
mäßige Belastung 4-20

starke Belastung 21-50

sehr starke Belastung >50

Die durchschnittliche Pollenbelastung der relevanten Pollen wurde aus der Literatur und veröffentlichten Kalendern erstellt.
© Freie Universität Berlin, Institut für Meteorologie

Pollenkalender 2008



Reagieren Sie allergisch auf Pollen?

Kreuzen Sie jeden Tag eine der Beschwerdespalten an (☺☹☹☹). Die farbigen Spalten daneben stellen die durchschnittliche Pollenbelastung dar. Hier können Sie zusätzlich Tag für Tag den tatsächlichen Flug der verschiedenen Pollen eintragen (g = gering, m = mäßig, s = stark, e = extrem stark) und die Ergebnisse mit Ihrem Arzt besprechen. Der dargestellte Pollenflugkalender dient zur Orientierung. Schwankungen und zeitliche Verschiebungen sind möglich, ebenso wie regionale Unterschiede. **Tagesaktuelle Daten zu den Pollen in Ihrer Region erhalten Sie unter www.asthmabalance.de.**

Juli				August				September				Oktober				November				Dezember				
körperliches Befinden bitte ankreuzen: ☺☹☹☹				körperliches Befinden bitte ankreuzen: ☺☹☹☹				körperliches Befinden bitte ankreuzen: ☺☹☹☹				körperliches Befinden bitte ankreuzen: ☺☹☹☹				körperliches Befinden bitte ankreuzen: ☺☹☹☹				körperliches Befinden bitte ankreuzen: ☺☹☹☹				
Gräser	Roggen	Beifuß	Ambrosia	Gräser	Roggen	Beifuß	Ambrosia	Gräser	Beifuß	Ambrosia	Gräser	Ambrosia	Gräser	Ambrosia	Gräser	Ambrosia	Gräser	Ambrosia	Gräser	Ambrosia	Hasel	Gräser	Ambrosia	
1 Di																								
2 Mi																								
3 Do																								
4 Fr																								
5 Sa																								
6 So																								
7 Mo																								
8 Di																								
9 Mi																								
10 Do																								
11 Fr																								
12 Sa																								
13 So																								
14 Mo																								
15 Di																								
16 Mi																								
17 Do																								
18 Fr																								
19 Sa																								
20 So																								
21 Mo																								
22 Di																								
23 Mi																								
24 Do																								
25 Fr																								
26 Sa																								
27 So																								
28 Mo																								
29 Di																								
30 Mi																								
31 Do																								
1 Fr																								
2 Sa																								
3 So																								
4 Mo																								
5 Di																								
6 Mi																								
7 Do																								
8 Fr																								
9 Sa																								
10 So																								
11 Mo																								
12 Di																								
13 Mi																								
14 Do																								
15 Fr																								
16 Sa																								
17 So																								
18 Mo																								
19 Di																								
20 Mi																								
21 Do																								
22 Fr																								
23 Sa																								
24 So																								
25 Mo																								
26 Di																								
27 Mi																								
28 Do																								
29 Fr																								
30 Sa																								
31 So																								

Konzentration: (Pollenzahl/m³ Luft) geringe Belastung <4 mäßige Belastung 4–20 starke Belastung 21–50 sehr starke Belastung >50

Die durchschnittliche Pollenbelastung der relevanten Pollen wurde aus der Literatur und veröffentlichten Kalendern erstellt. © Freie Universität Berlin, Institut für Meteorologie