

Pollenkalender 2020

INFORMATIONEN

www.met.fu-berlin.de/de/polleninfo

- ▶ zum Thema Pollen
- ▶ aktuelle Pollenflugvorhersage für Berlin und Brandenburg

www.fu-berlin.de/ambrosia

- ▶ zum Thema Ambrosia

Freie Universität



Berlin

Institut für Meteorologie

Januar						Februar						März						April						Mai						Juni					
Körperliches Befinden						Körperliches Befinden						Körperliches Befinden						Körperliches Befinden						Körperliches Befinden						Körperliches Befinden					
☺☹☹☹☹						☺☹☹☹☹						☺☹☹☹☹						☺☹☹☹☹						☺☹☹☹☹						☺☹☹☹☹					
Hasel Erle						Hasel Erle						Hasel Erle Birke						Hasel/Erle Birke Roggen Gräser						Hasel/Erle Birke Roggen Gräser						Birke Roggen Gräser Beifuß					
1 Mi						1 Sa						1 So						1 Mi						1 Fr						1 Mo					
2 Do						2 So						2 Mo						2 Do						2 Sa						2 Di					
3 Fr						3 Mo						3 Di						3 Fr						3 So						3 Mi					
4 Sa						4 Di						4 Mi						4 Sa						4 Mo						4 Do					
5 So						5 Mi						5 Do						5 So						5 Di						5 Fr					
6 Mo						6 Do						6 Fr						6 Mo						6 Mi						6 Sa					
7 Di						7 Fr						7 Sa						7 Di						7 Do						7 So					
8 Mi						8 Sa						8 So						8 Mi						8 Fr						8 Mo					
9 Do						9 So						9 Mo						9 Do						9 Sa						9 Di					
10 Fr						10 Mo						10 Di						10 Fr						10 So						10 Mi					
11 Sa						11 Di						11 Mi						11 Sa						11 Mo						11 Do					
12 So						12 Mi						12 Do						12 So						12 Di						12 Fr					
13 Mo						13 Do						13 Fr						13 Mo						13 Mi						13 Sa					
14 Di						14 Fr						14 Sa						14 Di						14 Do						14 So					
15 Mi						15 Sa						15 So						15 Mi						15 Fr						15 Mo					
16 Do						16 So						16 Mo						16 Do						16 Sa						16 Di					
17 Fr						17 Mo						17 Di						17 Fr						17 So						17 Mi					
18 Sa						18 Di						18 Mi						18 Sa						18 Mo						18 Do					
19 So						19 Mi						19 Do						19 So						19 Di						19 Fr					
20 Mo						20 Do						20 Fr						20 Mo						20 Mi						20 Sa					
21 Di						21 Fr						21 Sa						21 Di						21 Do						21 So					
22 Mi						22 Sa						22 So						22 Mi						22 Fr						22 Mo					
23 Do						23 So						23 Mo						23 Do						23 Sa						23 Di					
24 Fr						24 Mo						24 Di						24 Fr						24 So						24 Mi					
25 Sa						25 Di						25 Mi						25 Sa						25 Mo						25 Do					
26 So						26 Mi						26 Do						26 So						26 Di						26 Fr					
27 Mo						27 Do						27 Fr						27 Mo						27 Mi						27 Sa					
28 Di						28 Fr						28 Sa						28 Di						28 Do						28 So					
29 Mi						29 Sa						29 So						29 Mi						29 Fr						29 Mo					
30 Do												30 Mo						30 Do						30 Sa						30 Di					
31 Fr												31 Di												31 So											

Konzentration (Pollenanzahl pro m³ Luft):

geringe Belastung < 4

mäßige Belastung 4 - 20

starke Belastung 21 - 50

sehr starke Belastung > 50

Die durchschnittliche Pollenbelastung der relevanten Pollen für Deutschland wurde aus Literatur und veröffentlichten Kalendern erstellt.

© Freie Universität Berlin 2020

Pollenkalender 2020

Reagieren Sie allergisch auf Pollen?

Kreuzen Sie jeden Tag Ihr körperliches Befinden in eine der Beschwerdespalten an (☺☹☹☹). Die farbigen Spalten daneben stellen die durchschnittliche Pollenbelastung in Deutschland 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.

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

Konzentration (Pollenanzahl pro m³ Luft): geringe Belastung < 4 mäßige Belastung 4 - 20 starke Belastung 21 - 50 sehr starke Belastung > 50