Pollenkalender 2016

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

	Körperliches Befinden					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									
30 Sa									
31 So									

Februar

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

März

	Körperliches Befinden					Hasel	Erle	Birke		
	☺	😐	☹	☹						
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										

April

	Körperliches Befinden					Hasel/Erle	Birke	Roggen	Gräser
	☺	😐	☹	☹					
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									

Mai

	Körperliches Befinden					Hasel/Erle	Birke	Roggen	Gräser
	☺	😐	☹	☹					
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									
31 Di									

Juni

	Körperliches Befinden					Birke	Roggen	Gräser	Beifuß
	☺	😐	☹	☹					
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									

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 2016

Pollenkalender 2016

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.

Freie Universität Berlin
Institut für Meteorologie

Juli

	Körperliches Befinden				Roggen	Gräser	Beifuß	Ambrosia
	☺	😐	☹	😣				
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								

August

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

September

	Körperliches Befinden				Gräser	Beifuß	Ambrosia
	☺	😐	☹	😣			
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							

Oktober

	Körperliches Befinden				Gräser	Ambrosia
	☺	😐	☹	😣		
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						

November

	Körperliches Befinden				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					

Dezember

	Körperliches Befinden				Hasel
	☺	😐	☹	😣	
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					

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 2016