

Pollenkalender 2013

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

► zum Thema Pollen

► aktuelle Pollenflugvorhersage für Berlin und Brandenburg

INFORMATIONEN

www.fu-berlin.de/ambrosia

► zum Thema Ambrosia

Freie Universität

Institut für Meteorologie



Berlin

Januar									
Körperliches Befinden					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					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									

März									
Körperliches Befinden					Hasel	Erle	Birke		
	😊	😐	😞	😡					
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									

April										
Körperliches Befinden					Hasel/Erle	Birke	Roggen	Gräser		
	😊	😐	😞	😡						
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										

Mai										
Körperliches Befinden					Hasel/Erle	Birke	Roggen	Gräser		
	😊	😐	😞	😡						
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										

Juni										
Körperliches Befinden					Birke	Roggen	Gräser	Beifuß		
	😊	😐	😞	😡						
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										

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 2013

Pollenkalender 2013

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.

Institut für Meteorologie



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

geringe Belastung < 4

mäßige Belastung 4 - 20

starke Belastung 21 - 50

sehr starke Belastung > 50

© Freie Universität Berlin 2013