

Les allergies dopées par la pollution et le réchauffement

Après les graminées, c'est l'ambrosie qui menace les personnes sensibles aux pollens

Yeux qui larmoient, nez qui coule, éternuements intempestifs : pour de nombreux Français, le printemps et l'été riment avec rhinite allergique, manifestation la plus courante et constante de l'allergie respiratoire. Les coupables ? Dans la majorité des cas, il s'agit des pollens circulant dans l'air, suivis des acariens et des poils d'animaux. Si les études épidémiologiques manquent pour caractériser le poids des pollens dans ces allergies, les scientifiques s'accordent depuis les années 1990 sur le fait que 25 % à 30 % de la population (à l'échelle européenne comme française) souffrent de ces rhinites tous les ans. Des chiffres confirmés en 2022 par une étude menée sur la cohorte française Constances (28 %). Une tendance à la hausse est observée partout dans le monde.

Cette année, en France, un pic très élevé a été observé à la mi-juin, avec une hausse des passages aux urgences pour rhinite, mais aussi asthme, voire « asthme d'orage », provoqué par les tourbillons d'air et l'humidité devant les orages du début de l'été, qui rabattent violemment les pollens vers le sol, dispersant les microparticules de leurs allergènes.

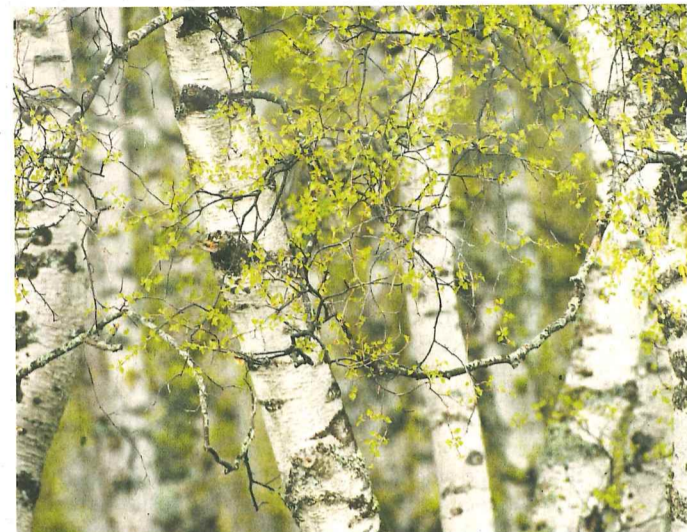
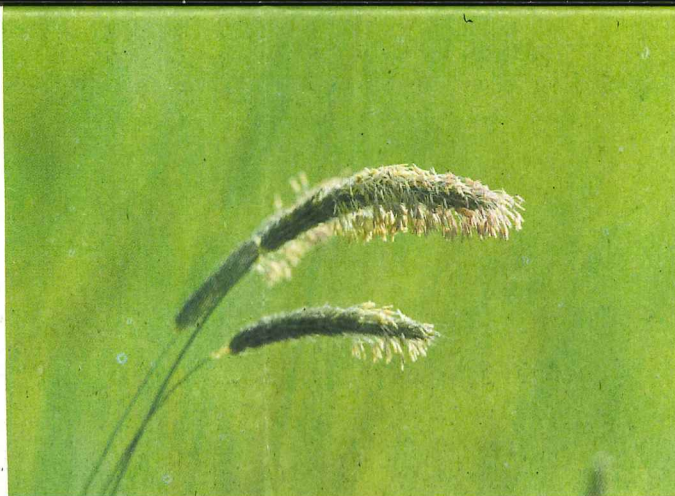
Si l'asthme n'est pas exclusivement causé par les allergies respiratoires, « on observe un lien significatif entre le fait d'être exposé à des pollens et le recours aux soins pour crise d'asthme », souligne Isabella Annesi-Maesano, direc-

trice de recherche à l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm) et coautrice d'une étude sur le sujet parue en début d'année.

« Il y a eu cette année une exposition pollinique plus importante que d'habitude, relève Alain Didier, pneumologue allergologue à l'hôpital Larrey, à Toulouse. Nous avons constaté beaucoup de passages aux urgences pour crise d'asthme, y compris de gens qui ne se savaient pas asthmatiques. »

L'asthme est la première maladie chronique chez l'enfant, et tue près de 1 000 personnes par an en France. Si la rhinite, elle, est considérée comme bénigne dans la plupart des cas, elle peut être très sévère et altérer la qualité de vie. Surtout, une exposition prolongée d'année en année peut rendre les antihistaminiques accessibles librement en pharmacie peu à peu moins efficaces, voire provoquer à la longue des allergies croisées à certains fruits ou légumes. Par ailleurs, les rhinites allergiques répétées peuvent être un déclencheur de l'asthme.

Saisons polliniques plus longues
Depuis début avril, ce sont les graminées qui provoquent le plus de réactions allergiques en envahissant l'air des villes et des campagnes. Herbes poussant en bord de route, plantes d'ornementation en ville, céréales et pelouses, elles se retrouvent partout. Si le pic est passé, les professionnels recommandent la prudence jusqu'à la



En haut, de gauche à droite, des graminées : la fleole des prés et l'agrostide des chiens. En bas, de l'ambrosie à feuilles d'armoise et une forêt de bouleaux, quatre végétaux aux pollens très allergisants. PHOTOS : R. CAVIGNAUX; J.-M. GROULT; B. MARCON; R. ERITJA/BIOSPHOTO

fin juillet, les niveaux de concentration dans l'air restant encore très élevés dans le nord, l'ouest et le centre de la France, selon la carte de vigilance produite une à deux fois par semaine par le Réseau national de surveillance aérobiologique (RNSA), association surveillant la présence de pollens.

Au cours du mois de juillet, les graminées seront peu à peu remplacées par l'ambrosie, une plante envahissante faisant partie du top 4 des plantes les plus allergisantes, derrière les bouleaux, les cyprès et les graminées. Présente en Auvergne-Rhône-Alpes, Bourgogne-Franche-Comté et Nouvelle-Aquitaine, elle s'étend peu à peu sur le territoire malgré les plates-formes de signalement citoyen et les campagnes d'arrachage organisées par les communes. Une faible quantité de ses pollens suffit à provoquer des allergies.

« L'année dernière, les pollens d'ambrosie sont arrivés plus tôt, dès début juillet », précise Gilles Oliver, aérobiologiste au RNSA. Les saisons des différents pollens ont tendance à s'étendre depuis des années sous les effets conjugués du réchauffement climatique et de la pollution de l'air. Les études se multiplient pour caractériser ce risque, mais les études épidémiologiques tardent à venir.

« Les températures plus élevées envoient un signal aux plantes vers la floraison, donc les saisons polliniques commencent plus tôt et finissent plus tard », explique Isabella Annesi-Maesano. En France, la saison des allergies commence désormais dès la fin décembre dans le Nord-Est avec les pollens de noisetiers et d'aunes, puis c'est au tour des cyprès en février-mars, des bouleaux en mars-avril, suivis par les graminées et l'ambrosie, et enfin par les spores de moisissures à l'automne. Avec un court répit de la mi-octobre à la mi-décembre.

Vulnérabilité aux virus accrue
Par ailleurs, le dioxyde de carbone, dont l'augmentation est le moteur du réchauffement climatique, stimule les plantes, leur faisant produire plus d'allergènes, comme l'a démontré une étude américaine dès 2000 concernant l'ambrosie. Enfin, le dioxyde d'azote, l'un des polluants majeurs de l'atmosphère terrestre, agit sur le pollen en érodant ses membranes extérieures, libérant ainsi les allergisants qu'il contient. Microscopiques, ces particules peuvent s'enfoncer plus loin dans les voies respiratoires basses, ce qui se révèle plus dangereux pour les asthmatiques. Les gaz responsables de la pollution de l'air, par leur pouvoir

Le dioxyde de carbone stimule les plantes, leur faisant produire plus d'allergènes

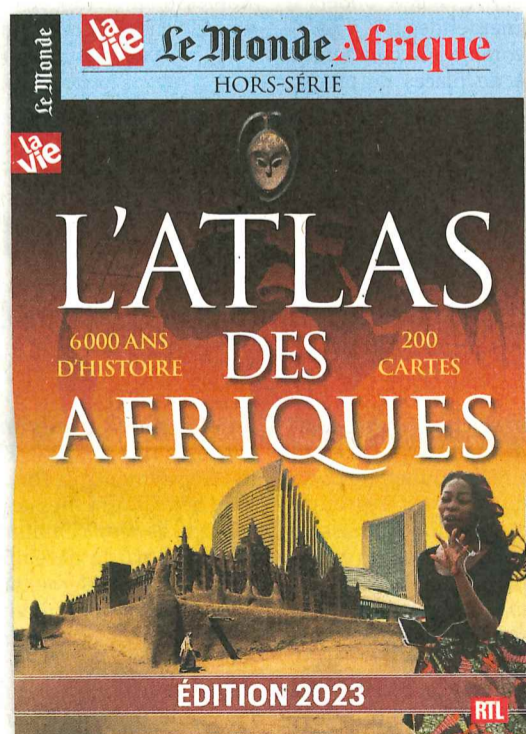
irritant, abaissent également le seuil de sensibilité des allergiques. « Et comme il y a plus de pollens, même les personnes non allergiques commencent à l'être », conclut Isabella Annesi-Maesano.

Ni le réchauffement climatique, ni la pollution ne vont toutefois déclencher à eux seuls une allergie respiratoire. Il faut avoir une prédisposition génétique. « Une allergie, c'est la rencontre entre un terrain allergique et l'environnement », explique Alain Didier. Avoir deux parents avec des allergies respiratoires implique 50 % à 70 % de risque d'en développer une soi-même, sans que l'on puisse prédire le risque de sévérité. L'allergologue conseille donc de dépister au plus tôt un terrain atopique chez l'enfant, comme la survenue d'eczéma, afin de le traiter au plus vite et retarder au maximum le déclenchement d'une éventuelle allergie.

Au-delà des antihistaminiques, tels que la cétirizine ou la loratadine, la prise de corticoïdes par voie intranasale peut se révéler efficace pour décongestionner une rhinite même sévère. La désensibilisation proposée par les allergologues est priorisée pour les asthmatiques et les personnes pour qui les traitements habituels ne fonctionnent plus. Elle ne se révèle efficace qu'en cas d'allergènes bien identifiés et peu nombreux. Si des résultats peuvent s'observer dès la première saison, le traitement dure en général trois ans, par injection sous-cutanée sous contrôle médical ou par prise sublinguale.

Plus inquiétant, les pollens affaiblissant l'immunité et irritant les muqueuses des personnes allergiques lors des saisons polliniques, ils peuvent être une porte d'entrée pour le SARS-CoV-2, comme l'a démontré une étude européenne en 2021. Ils rendent surtout plus vulnérables aux infections virales provoquées, notamment, par les rhinovirus et le virus syncytial respiratoire, montre une étude de 2020. Tous ces éléments plaident pour une végétalisation, particulièrement dans les espaces urbains, plus diversifiée. « Il faut éviter le tout-bouleau ou le tout-cyprès », insiste Alain Didier. ■

DELPHINE ROUCAUTE



L'ATLAS DES AFRIQUES

Un hors-série **Le Monde Afrique**
180 pages - 14,90 €
chez votre marchand de journaux
et sur Lemonde.fr/boutique

Les nappes phréatiques à un niveau inquiétant

La situation s'est aggravée dans la vallée du Rhône et sur le pourtour méditerranéen

Le nombre de nappes phréatiques déficitaires stagne à un niveau critique, depuis plusieurs mois, dans l'Hexagone. « Au 1^{er} juillet, 68 % des nappes phréatiques métropolitaines sont toujours sous les normales de saison », a affirmé le ministre de la transition écologique, Christophe Béchu, mardi 11 juillet.

Parmi les deux tiers de nappes sous les normales, 20 % présentent des niveaux « très bas », selon les données du Bureau de recherches géologiques et minières (BRGM). « Ce qui est assez nouveau cet été, c'est que presque tout le territoire français enregistre des niveaux de nappes phréatiques beaucoup plus bas que ce que l'on connaissait jusqu'à présent », commente Eric Servat, hydrologue à l'Institut de recherche pour le développement et directeur du centre international Unesco sur l'eau.

Ce déficit d'eau souterraine trouve son explication dans l'absence de pluies suffisantes pour pallier les effets de l'été 2022, qui avait fortement asséché les nappes. Au 1^{er} juillet 2022, 75 % des nappes phréatiques présentaient ainsi un niveau d'eau inférieur aux normales de saison, selon les données du BRGM. La sécheresse hivernale qui a suivi n'a pas permis de recharger les nappes aux niveaux attendus. Et si la fin du printemps a été pluvieuse, cette période n'est pas idéale pour permettre leur remplissage, notamment parce que les températures, plus élevées, favorisent l'évapotranspiration.

En un an, les nappes ont connu une évolution à géométrie variable selon les régions. Ainsi, la situation s'est améliorée en Bretagne et sur la façade atlantique. A l'inverse, elle est plus préoccupante

dans le Bassin parisien (avec un niveau passé de « modérément bas » en juillet dernier à « bas » cette année), le couloir rhodanien (de « bas » à « très bas ») et dans l'ouest du pourtour méditerranéen (de « modérément bas » à « très bas »).

Réduire les volumes prélevés
« Si on regarde l'ensemble de l'arc méditerranéen, il n'y a pas un endroit qui n'ait pas fait l'objet d'un arrêté préfectoral attestant d'un niveau d'alerte renforcée ou de crise, alors que nous ne sommes qu'au début du mois de juillet », détaille Eric Servat. Le BRGM note également que « les niveaux très bas gagnent du terrain » et que « des minima historiques sont observés sur de nombreux secteurs ».

La prise de parole ministérielle a aussi été l'occasion de faire un

point d'étape sur le plan « eau » dévoilé par Emmanuel Macron, le 30 mars, dans l'optique de réduire de 10 % les volumes prélevés d'ici à 2030.

A ce jour, seules trois des cinquante-trois mesures constitutives de ce plan ont été mises en œuvre, dont la création d'une nouvelle plate-forme de sensibilisation, VigiEau, accessible en ligne depuis mardi 11 juillet. Cet outil vise à renseigner les Français sur les gestes à adopter face aux pénuries d'eau et permet de connaître le niveau de restrictions à l'endroit où l'on se trouve. Si les réserves du mois de juin 2023 sont légèrement plus élevées qu'en 2022, le risque que certaines communes se retrouvent à nouveau privées d'eau cet été « n'est pas exclu », rappelle Eric Servat. ■

JULIETTE LAFFONT