

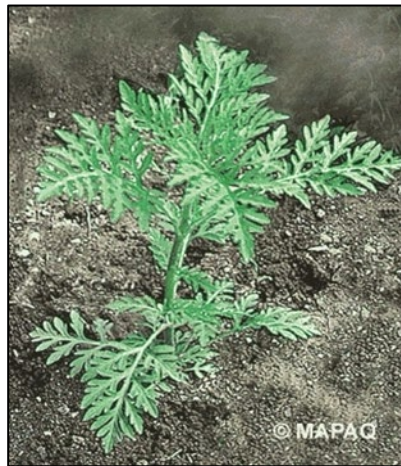
# Communiqué de presse

Pour diffusion immédiate

## Agir à la mi-juillet et à la mi-août pour contrer les effets du pollen de l'herbe à poux!

---

**Joliette, le 19 juillet 2021** — Chaque année, plusieurs milliers de Lanaudois souffrent d'allergies saisonnières. La plus fréquente est la rhinite allergique, communément appelée *fièvre* ou *rhume des foins*. C'est le pollen de l'herbe à poux qui cause cette allergie. En agissant contre le pollen de l'herbe à poux, on améliore l'état de santé de nombreuses personnes, leur offrant ainsi une meilleure qualité de vie.



### Symptômes

Les symptômes de l'allergie à l'herbe à poux sont surtout ressentis au niveau du nez et des yeux : éternuements répétitifs, écoulement nasal et congestion, picotements des yeux et du nez, etc. Des problèmes respiratoires peuvent aussi apparaître et l'asthme peut s'aggraver chez les personnes qui en souffrent déjà. Si vous avez des questions à propos de votre santé, composez le 811, option 1 pour communiquer avec Info-Santé. Si les symptômes venaient à s'aggraver ou s'ils nuisent énormément aux activités quotidiennes et à la qualité de vie, une consultation médicale peut devenir nécessaire.

Pour en savoir plus sur le rhume des foins ainsi que sur les moyens de protection et de prévention, consultez la section [Rhume des foins](#) du site Québec.ca.

### Deux moments clés : la mi-juillet et la mi-août

L'herbe à poux se déracine bien, à la main, sans protection particulière; vous pouvez l'arracher ou la tondre à la mi-juillet pour éliminer la première production de pollen et à la mi-août pour éviter une seconde floraison. Il est préférable de jeter les plants arrachés et coupés à la poubelle, car les graines d'herbe à poux pourraient « contaminer » le compost et reprendre le cycle. L'herbe à poux est une plante annuelle, il faut donc que l'entretien se fasse annuellement pour obtenir un contrôle efficace.

### **Endroits propices**

Il faut agir sur les terrains situés surtout près des habitations, car la majeure partie du pollen ne voyage pas au-delà de 800 mètres. Il faut également prioriser les terrains reconnus comme susceptibles d'abriter la plante, en particulier le long de l'accotement des routes asphaltées et sur les portions de terrains qui longent les rues et les trottoirs.

Pour en savoir davantage, consultez la page [Reconnaître et limiter l'herbe à poux](#) sur le site Québec.ca et le [Guide de gestion et de contrôle de l'herbe à poux et des autres pollens allergènes](#) publié par le ministère de la Santé et des Services sociaux.

– 30 –

**Source :** Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière

**Renseignements :** Pascale Lamy  
Directrice des affaires institutionnelles et des relations publiques  
Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière  
[pascale.lamy@ssss.gouv.qc.ca](mailto:pascale.lamy@ssss.gouv.qc.ca)