



Allergivenlig beplantning – til gavn for mennesker og natur

1 million danskere lider af pollenallergi, der kan blive udløst og forværret af allergifremkaldende græsser, buske og træer i landets byer og boligområder.

Pollenallergi giver kroniske sygdomme som høfeber og astma. Det fører både til nedsat livskvalitet og flere sygedage samt øget medicinforbrug. Det har store økonomiske konsekvenser for både borgere og kommuner.

Pollensæsonen bliver stadig længere og mere intens. Det skyldes et samspil mellem klimaforandringer og ikke mindst den lokale beplantning, hvor borgerne bor og færdes. Astma-Allergi Danmark anbefaler derfor, at Kommunernes Landsforening indfører retningslinjer for landets kommuner, der hjælper miljø- og teknikforvaltningerne til at varetage grønne arealer med fokus på allergivenlighed.

Heldigvis findes der gode løsninger, der både fremmer folkesundheden og biodiversitet til gavn for borgere, der ønsker et sundt og aktivt liv, der hvor de bor.

Anlæg og vedligehold af grønne områder

- **Erstat eller etabler græsarealer** med hjemmehørende danske urter som blåhat og almindelig kællingetand, som vilde bier og sommerfugle lever på og af.
- **Slå græsset ofte**, så man undgår, at det står i blomst, hvor der er flere pollen.
- Ved minimal pleje af grønt område, skal græsset slås **senest i starten af juni**.
- **Fjern græsaffald**, så det ikke giver næring til ny græsvækst. På den måde får blomster og andre urter bedre chancer for at overleve. Når græsaffaldet fjernes, undgår man også, at pollen hvirvler rundt.

Tips til valg af allergivenlige træer og buske beplantning

- **Vælg:** Ahorn, brombær, hestekastanje, hindbær, hun-pil, lind, lærk, løn, magnolia, rosenmandel, røn, slåen, tempeltræ, samt frugttræer som blomme, fuglekirsebær, mirabel, pære, æble.
- **Undgå:** Avnbøg, birk, bøg, eg, el, elm, han-pil, hassel, platan og han-poppel.

Gode råd til valg af planter

- Vælg **insektbestøvede planter** frem for vindbestøvede.
- Undgå blomster med **stærk duft**, da de kan irritere luftvejene.
- **Brug hunplanter**, da de ikke producerer pollen.