

### **Lutte à l'herbe à poux : arracher le mal par la racine !**

**Québec, le 13 juin 2006.** Les gens qui souffrent d'allergies saisonnières s'en désoleront : la saison de l'herbe à poux s'en vient, et pour leur grand malheur, cette saison dure maintenant beaucoup plus longtemps. En effet, la saison pollinique de l'herbe à poux s'étendrait sur une soixantaine de jours, soit vingt jours de plus qu'il y a une dizaine d'années. Ce phénomène serait lié aux changements climatiques qui entraînent des températures plus chaudes qui peuvent commencer plus tôt dans l'année et perdurer plus tard à l'automne.

L'herbe à poux est la principale cause de la rhinite allergique, appelée communément rhume ou fièvre des foins. Un Québécois sur dix en est atteint. Afin d'enrayer les méfaits de cette plante, la Table québécoise sur l'herbe à poux (TQHP) lance sa campagne « L'herbe à poux, j'en NEZ assez ! ». Cette campagne vise à sensibiliser la population aux effets néfastes de cette plante sur la santé et à l'importance de participer à son éradication.

La saison pollinique de l'herbe à poux s'étend de la fin juillet aux premières gelées de l'automne. Les fleurs d'un vert pâle se dressent en épis vers le mois de juillet. En libérant leur pollen vers la fin juillet, elles déclenchent une réaction allergique chez les gens qui y sont sensibles. Les symptômes sont typiques : picotements du nez, éternuements répétés, yeux larmoyants, congestion nasale et toux pouvant aller jusqu'à la crise d'asthme pour certains.

#### **Agissez dès maintenant !**

« Chaque plant d'herbe à poux peut produire 3 000 graines qui pourront, à leur tour, produire 600 nouveaux plants l'année suivante », indique Carole Albert, répondante de la TQHP. « Il est donc important de tout mettre en œuvre pour s'en débarrasser. Comme l'herbe à poux résiste mal à la concurrence des autres plantes, on peut éviter qu'elle s'installe sur un terrain en plantant d'autres espèces végétales, comme des vivaces par exemple. Si elle est déjà présente, on peut tout simplement l'arracher manuellement ou la tondre. **Dans tous les cas, il est important de la détruire avant la floraison, soit avant la fin juillet, de façon à l'empêcher de répandre son pollen dans l'air.** »

Afin d'aider la population à bien identifier la plante, des affiches ainsi que des fiches d'information seront distribuées au cours du mois de juin dans les municipalités du Québec où l'herbe à poux est présente. Le site Internet de la TQHP offre un éventail de renseignements destinés à la population et aux professionnels concernés par l'herbe à poux. En visitant le site [www.tqhp.qc.ca](http://www.tqhp.qc.ca),

vous pourrez voir la plante à différents stades de son développement et consulter une documentation complète sur le sujet.

### **Si vous êtes allergique, protégez-vous**

Si vous êtes allergique à l'herbe à poux, certaines mesures simples peuvent vous aider à en diminuer les effets :

- Évitez de fréquenter les lieux infestés par l'herbe à poux
- Évitez les activités extérieures, surtout entre 7 h et 13 h, par temps chaud, sec et venteux. Après la pluie, les grains de pollen se sont déposés au sol, ce qui réduit les réactions allergiques.
- Évitez de tondre vous-même la pelouse.
- Ne faites pas sécher vos vêtements à l'extérieur.
- Laissez si possible les fenêtres fermées pour empêcher le pollen d'entrer dans la maison; utilisez un système de climatisation ou de filtration d'air.
- Évitez le contact avec d'autres irritants, comme la fumée de tabac, qui peuvent amplifier les symptômes d'allergies.

Cette campagne de sensibilisation est le fruit de la collaboration des membres de la TQHP qui regroupe des représentants du ministère de la Santé et des Services sociaux et ses Directions de santé publique, du ministère d'Agriculture et Agroalimentaire Canada, de l'Association de lutte contre l'Ambrosia, de la Fédération québécoise des municipalités, d'Hydro-Québec, des ministères québécois des Affaires municipales et des Régions, de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation, du Développement durable, de l'Environnement et des Parcs, et des Transports, de l'Ordre des agronomes, de l'Union des municipalités du Québec, de l'Union des producteurs agricoles, du Réseau québécois des villes et villages en santé.

- 30 -

Source : Renée Levaque  
Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale  
418-666-7000, poste 454

Marco Thibault  
Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale  
418-525-1500, poste 458