



Bosna i Hercegovina
Federacija Bosne i Hercegovine
Kanton Sarajevo
**MINISTARSTVO PROSTORNOG UREĐENJA,
GRAĐENJA I ZAŠTITE OKOLIŠA**

CENTAR ZA EKOLOGIJU I PRIRODNE RESURSE
– AKADEMICKI SULEJMAN REDŽIĆ
PRIRODNO-MATEMATIČKI FAKULTET
UNIVERZITET U SARAJEVU

ALERGENE BILJKE KANTONA SARAJEVO



Alergijske reakcije na polen

Alergijske reakcije izazvane različitim alergenima imaju stalni trend rasta te pripadaju najraširenijim bolestima današnjice. Gotovo svaka treća osoba boluje od povremene ili stalne alergije, a svaka deseta ima simptome.

Alergijska reakcija na polen, stručno nazvana polinoza, najbolje se opisuje terminom groznica ili hunjavica, jer je praćena simptomima kao što su curenje iz nosa, kihanje, suzne oči itd. Za razliku od obične hunjavice koju uzrokuju mikroorganizmi, polenskoj groznici uzročnik su polenova zrna koja proizvode biljke tokom opršivanja. Obično predstavlja početni stadij puno kompleksnijih bolesti disajnog i imunološkog sistema, koje ugrožavaju 15-25 % populacije našeg stanovništva.

Ovisno o geografsko-klimatskim karakteristikama određenog područja, i vegetacije koja je zastupljena, u zraku se može pojavit polen različitih biljaka (npr. polen drveća, trava i korova), ali se najveće koncentracije njihovog polena javljaju u određenim godišnjim periodima (kao što je proljeće, kada su maksimalne vrijednosti polena drvaća).



SIMPTOMI POLENSKIH ALERGIJA

Kao najčešći simptomi alergijske reakcije u gornjim disajnim putevima (alergijski rinitis) javljaju se: začepljenost nosa, curenje nosa, kihanje, svrbež nosa i suzenje očiju.

Najčešći simptomi upalne reakcije u donjim disajnim putevima (astma) su: nadražajni suhi kašalj, zviždanje pri disanju i otežano disanje zbog spazma bronha a koji može dovesti i do gušenja. U

POLEN

Polen ili cvjetni prah je praškasta tvar koju proizvode muške gametangije na biljkama. Sastoji se od mikrogametofita (polenovih zrna, najčešće okruglog ili ovalnog oblika, veličine od 2-250 µm). Osnovna karakteristika polena jeste njegova morfologija i hemijski sastav. Kada polenovo zrno dođe u vlažnu sredinu na tučak biljke ili sluznicu disajnog sistema, ono otpušta niz hemijskih spojeva. Kod nekih biljnih vrsta, među tim spojevima se nalaze i oni koji u nekim ljudi izazivaju slabiju ili jaču alergijsku reakciju.

ALERGIJSKE BILJNE VRSTE

Na osnovu dosadašnjih istraživanja variraja koncentracije polena na području Kantona Sarajevo utvrđena su tri godišnja perioda tokom kojih koncentracija polena dostiže maksimalne vrijednosti. Ti periodi su: ranoproljetni (preovladava polen drveća i grmlja), ranoljetni (polen trava) i ljetno-jesenski (polen korova).

Realizacijom projekta „Polenski kalendar Kantona Sarajevo“ utvrđeno je ukupno 149 biljnih vrsta sa alergenim svojstvima. One su u ovisnosti od stepena alergenosti i navodima u relevantnim palinološkim bazama klasificirane u tri kategorije, i to kao: jaki, umjereni i slabi alergeni. Konstatovane alergene biljne vrste sa stepenom alergenosti prikazane su u tabeli 1.

Lista alergenih biljaka na području Kantona Sarajevo

Redni broj	Narodni naziv	Latinski naziv	Sistematska pripadnost	Grupa alergena	Alergeno djelovanje	Tip alergena
1	Bijela vrbica	<i>Salix alba</i> L.	Salicaceae	drveće	x	x
2	Orah	<i>Juglans regia</i> L.	Juglandaceae	drveće	x	x
3	Breza	<i>Betula pendula</i> Roth.	Betulaceae	drveće	x	x
4	Crna goriščica	<i>Brassica rapa</i> L.	Brassicaceae	kultivirane biljke	x	x
5	Ambrožija	<i>Ambrosia artemisiifolia</i> L.	Asteraceae	korov	x	x
6	Mačji repak	<i>Phleum pretense</i> L.	Poaceae	trave	x	x
7	Živica	<i>Ligustrum vulgare</i> L.	Oleaceae	šiblje	x	x
8	Ježevica	<i>Dactylis glomerata</i> L.	Poaceae	trave	x	x
9	Rosulja	<i>Agrostis tenuis</i> Sibth.	Poaceae	trave	x	x
10	Pahovka	<i>Arrhenatherum elatius</i> (L.) J. et K. Presl.	Poaceae	trave	x	x
11	Mirisavka	<i>Antoxanthum odoratum</i> L.	Poaceae	trave	x	x
12	Livadna vlasnjača	<i>Poa pratensis</i> L.	Poaceae	trave	x	x
13	Pahuljasta medunika	<i>Holcus lanatus</i> L.	Poaceae	trave	x	x
14	Običan ljuj	<i>Lolium perenne</i> L.	Poaceae	trave	x	x
15	Pirika	<i>Agropyron repens</i> Beauv.	Poaceae	trave	x	x
16	Uspravni ovsik	<i>Bromus erectus</i> Huds.	Gramineae	trave	x	x
17	Klasača	<i>Bromus mollis</i> L.	Gramineae	trave	x	x
18	Vlasulja crvena	<i>Festuca rubra</i> L.	Gramineae	trave	x	x
19	Divlji pelin	<i>Artemisia vulgaris</i> L.	Asteraceae	korov	x	x
20	Rosulja bijela	<i>Agrostis alba</i> L.	Gramineae	trave	x	x
21	Popino prase	<i>Hordeum murinum</i> L.	Gramineae	trave	x	x
22	Ovčja vlasulja	<i>Festuca ovina</i> L.	Gramineae	trave	x	x
23	Pelin	<i>Artemisia absinthium</i> L.	Compositae	korov	x	x
24	Neplodni ovsik	<i>Bromus sterilis</i> L.	Gramineae	trave	x	x
25	Rakita	<i>Salix purpurea</i> L.	Salicaceae	drveće/šiblje	x	x
26	Iva	<i>Salix caprea</i> L.	Salicaceae	drveće/šiblje	x	x
27	Bijeli jasen	<i>Fraxinus excelsior</i> L.	Oleaceae	drveće	x	x
28	Crni bor	<i>Pinus nigra</i> Arnold.	Pinaceae	drveće	x	x
29	Livadni repak	<i>Alopecurus pratensis</i> L.	Gramineae	trave	x	x
30	Obična zubača	<i>Cynodon dactylon</i> (L.) Pers.	Gramineae	trave	x	x
31	Široka pepeljuga	<i>Atriplex patula</i> L.	Chenopodiaceae	korov	x	x
32	Kukuruza	<i>Zea mays</i> L.	Gramineae	kultivirane biljke	x	x
33	Poljski ovsik	<i>Bromus arvensis</i> L.	Gramineae	trave	x	x
34	Karfiol	<i>Brassica oleracea</i> L.	Cruciferae	kultivirane biljke	x	x
35	Negundovac	<i>Acer negundo</i> L.	Aceraceae	drveće	x	x
36	Virgilijski hrast	<i>Quercus virginiana</i> Ten.	Fagaceae	drveće	x	x
37	Virdžinijskija kleka	<i>Juniperus virginiana</i> L.	Cupressaceae	drveće	x	x
38	Bijela murva, dud bijeli	<i>Morus alba</i> L.	Moraceae	drveće	x	x
39	Crveni hrast	<i>Quercus rubra</i> L.	Fagaceae	drveće	x	x
40	Crvena murva, dud crveni	<i>Morus rubra</i> L.	Moraceae	drveće	x	x
41	Obični čempres	<i>Cupressus sempervirens</i> L.	Cupressaceae	drveće	x	x
42	Tratinčica	<i>Bellis perennis</i> L.	Asteraceae	zeljaste biljke	x	x
43	Ljeska	<i>Corylus avellana</i> L.	Betulaceae	šiblje	x	x
44	Ledinjak, zlatica	<i>Ranunculus ficaria</i> L.	Ranunculaceae	zeljaste biljke	x	x
45	Kruška	<i>Pyrus communis</i> L.	Rosaceae	drveće	x	x
46	Dragupac, žablja trava	<i>Senecio vulgaris</i> L.	Asteraceae	korov	x	x
47	Konjski štavelj	<i>Rumex obtusifolius</i> L.	Polygonaceae	korov	x	x
48	Sitnošnja lipa	<i>Tilia cordata</i> Mill.	Tiliaceae	drveće	x	x
49	Zara	<i>Urtica dioica</i> L.	Urticaceae	korov	x	x
50	Bijela loboda	<i>Chenopodium album</i> L.	Chenopodiaceae	korov	x	x
51	Ženska bokvica	<i>Plantago major</i> L.	Plantaginaceae	korov	x	x
52	Grab	<i>Carpinus betulus</i> L.	Fagaceae	drveće	x	x
53	Žestik	<i>Acer tataricum</i> L.	Aceraceae	drveće	x	x
54	Obična tuja	<i>Thuja occidentalis</i> L.	Cupressaceae	drveće/šiblje	x	x
55	Velika vlasulja	<i>Festuca gigantea</i> (L.) Vill.	Gramineae	trave	x	x
56	Muška bokvica	<i>Plantago lanceolata</i> L.	Plantaginaceae	zeljaste biljke	x	x
57	Običan krestac	<i>Cynosurus cristatus</i> L.	Poaceae	trave	x	x
58	Kovrčava kiselica	<i>Rumex crispus</i> L.	Polygonaceae	korov	x	x
59	Jednostavna vlasnjača	<i>Poa trivialis</i> L.	Poaceae	trave	x	x
60	Jednogodišnja vlasnjača	<i>Poa annua</i> L.	Poaceae	trave	x	x

60	Jednogodišnja vlasnjača	<i>Poa annua</i> L.	Poaceae	trave	x	
61	Malá kiselica	<i>Rumex acetosella</i> L.	Polygonaceae	korov	x	x
62	Stisnuta vlasnjača	<i>Poa compressa</i> L.	Poaceae	trave	x	x
63	Crna joha	<i>Alnus glutinosa</i> (L.) Gartn.	Betulaceae	drveće	x	x
64	Crni jasen	<i>Fraxinus ornus</i> L.	Oleaceae	drveće	x	x
65	Jasika	<i>Populus tremula</i> L.	Salicaceae	drveće	x	x
66	Gorski javor	<i>Acer pseudoplatanus</i> L.	Aceraceae	drveće	x	x
67	Krupnolisna lipa	<i>Tilia platyphyllos</i> Scop.	Tiliaceae	drveće	x	x
68	Bijela topola	<i>Populus alba</i> L.	Salicaceae	drveće	x	x
69	Javor mlječ	<i>Acer platanoides</i> L.	Aceraceae	drveće	x	x
70	Jablan	<i>Populus nigra</i> L.	Salicaceae	drveće	x	x
71	Hmeljasta vija	<i>Medicago lupulina</i> L.	Leguminosae	zeljaste biljke	x	x
72	Svekla	<i>Beta vulgaris</i> L.	Chenopodiaceae	kultivirane biljke	x	x
73	Lucerna	<i>Medicago sativa</i> L.	Leguminosae	kultivirane biljke	x	x
74	Divlja salata	<i>Lactuca scariola</i> L.	Compositae	korov	x	x
75	Šćir, dipan	<i>Amaranthus retroflexus</i> L.	Amaranthaceae	korov	x	x
76	Ljulj temulentin	<i>Lolium temulentum</i> L.	Gramineae	trave	x	x
77	Ruj, pajasen	<i>Ailanthus altissima</i> (Mill.) Swingle	Simaroubaceae	drveće	x	x
78	Hmelj	<i>Humulus lupulus</i> L.	Cannabaceae	korov	x	x
79	Istočnjačka tuja	<i>Thuja orientalis</i> L.	Cupressaceae	drveće	x	x
80	Japanski javor	<i>Acer palmatum</i> Thunb.	Aceraceae	drveće	x	x
81	Bijeli glog	<i>Crataegus laevigata</i> (Poir.) DC.	Rosaceae	drveće/šiblje	x	x
82	Kurika	<i>Euonymus fortunei</i> (Turcz.) Hand. Mazz.	Celastraceae	drveće/šiblje	x	x
83	Japanska božikovina	<i>Ilex crenata</i> Thunb.	Aquifoliaceae	drveće	x	x
84	Ukrasna jabuka	<i>Malus floribunda</i> Van Houtte	Rosaceae	drveće	x	x
85	Pitoma jabuka	<i>Malus pumila</i> Mill.	Rosaceae	drveće	x	x
86	Lavsonov pačempres	<i>Chamaecyparis lawsoniana</i> (A.Murray bis) Par.	Cupressaceae	drveće	x	x
87	Vrboljuna muščulica	<i>Cotoneaster salicifolius</i> Franch.	Rosaceae	drveće	x	x
88	Velevjetna magnolija	<i>Magnolia grandiflora</i> L.	Magnoliaceae	drveće/šiblje	x	x
89	Ginko	<i>Ginkgo biloba</i> L.	Ginkgoaceae	drveće	x	x
90	Drvno mozak	<i>Maclura pomifera</i> (Raf.) C.K.Schneid.	Moraceae	drveće	x	x
91	Polski brijest	<i>Ulmus minor</i> Mill.	Ulmaceae	drveće	x	x
92	Drvno krastavac	<i>Magnolia acuminata</i> (L.) L.	Magnoliaceae	drveće	x	x
93	Crna joha	<i>Alnus incana</i> (L.) Moench	Betulaceae	drveće	x	x
94	Divlji ovas	<i>Avena fatua</i> L.	Gramineae	korov	x	x
95	Uskolisni rogoz	<i>Typha angustifolia</i> L.	Typhaceae	zeljaste biljke	x	x
96	Bijela djetelina	<i>Trifolium repens</i> L.	Leguminosae	zeljaste biljke	x	x
97	Japanska trešnja	<i>Prunus serrulata</i> Lindl.	Rosaceae	drveće	x	x
98	Jabuka	<i>Malus sylvestris</i> (L.) Mill.	Rosaceae	drveće	x	x
99	Drijen	<i>Cornus mas</i> L.	Rosaceae	šiblje	x	x
100	Trešnja	<i>Prunus avium</i> L.	Rosaceae	drveće	x	x
101	Divlji kesten	<i>Aesculus hippocastanum</i> L.	Hippocastanaceae	drveće	x	x
102	Sremza	<i>Prunus padus</i> L.	Rosaceae	drveće	x	x
103	Hраст lužnjak	<i>Quercus robur</i> L.	Fagaceae	drveće	x	x
104	Hраст kitnjak	<i>Quercus petraea</i> Lieb.	Fagaceae	drveće	x	x
105	Crni grab	<i>Ostrya carpinifolia</i> Scop.	Corylaceae	drveće	x	x
106	Glog	<i>Crataegus monogyna</i> Jacq.	Rosaceae	šiblje	x	x
107	Divlja ruža	<i>Rosa canina</i> L.	Rosaceae	šiblje	x	x
108	Šibkovina	<i>Viburnum opulus</i> L.	Adoxaceae	šiblje	x	x
109	Smreka, kleka	<i>Juniperus communis</i> L.	Cupressaceae	šiblje	x	x
110	Slatka paprat	<i>Pteridium aquilinum</i> (L.) Kühn.	Dennstaedtiaceae	paprati	x	x
111	Bijela rada	<i>Leucanthemum vulgare</i> Lam.	Asteraceae	zeljaste biljke	x	x
112	Obična busika	<i>Deschampsia caespitosa</i> (L.) Beauv.	Poaceae	trave	x	x
113	Crvena djetelina	<i>Trifolium pratense</i> L.	Fabaceae	zeljaste biljke	x	x
114	Dinjica, krvara	<i>Sanguisorba minor</i> Scop.	Rosaceae	zeljaste biljke	x	x
115	Divlja mrkva	<i>Daucus carota</i> L.	Apiaceae	zeljaste biljke	x	x
116	Vodopijka, konjogriz	<i>Cichorium intybus</i> L.	Asteraceae	korov	x	x
117	Grozdasti ovsik	<i>Bromus racemosus</i> L.	Gramineae	trave	x	x
118	Velika kiselica	<i>Rumex acetosa</i> L.	Polygonaceae	korov	x	x
119	Grahovica	<i>Vicia sativa</i> L.	Fabaceae	zeljaste biljke	x	x
120	Italijanska djetelina	<i>Trifolium incarnatum</i> L.	Fabaceae	zeljaste biljke	x	x
121	Obična bukvica	<i>Fagus sylvatica</i> L.	Fagaceae	drveće	x	x
122	Bor	<i>Pinus sp.</i>	Pinaceae	drveće	x	x
123	Azijski platan	<i>Platanus orientalis</i> L.	Platanaceae	drveće	x	x
124	Crna zova	<i>Sambucus nigra</i> L.	Caprifoliaceae	šiblje	x	x

125	Rogoz, ševar	<i>Typha latifolia</i> L.	Typhaceae	zeljaste biljke	x	x
126	Klen	<i>Acer campestre</i> L.	Aceraceae	drvčeve	x	x
127	Trnina	<i>Prunus spinosa</i> L.	Rosaceae	šiblje	x	x
128	Jela	<i>Abies alba</i> Mill.	Pinaceae	drvčeve	x	x
129	Smrča	<i>Picea abies</i> (Lam.) Lk.	Pinaceae	drvčeve	x	x
130	Obični bor	<i>Pinus sylvestris</i> L.	Pinaceae	drvčeve	x	x
131	Vez	<i>Ulmus laevis</i> Pall.	Ulmaceae	drvčeve	x	x
132	VRba siva	<i>Salix incana</i> Scop.	Salicaceae	drvčeve	x	x
133	Šljiva	<i>Prunus domestica</i> L.	Rosaceae	drvčeve	x	x
134	Gorski brijest	<i>Ulmus montana</i> Mill.	Ulmaceae	drvčeve	x	x
135	Bagrem	<i>Robinia pseudoacacia</i> L.	Leguminosae	drvčeve	x	x
136	Planinska kiselica	<i>Rumex arifolius</i> All.	Polygonaceae	korov	x	x
137	Kokotac	<i>Melilotus officinalis</i> (L.) Desr.	Leguminosae	zeljaste biljke	x	x
138	Pitomi štavelj	<i>Rumex patientia</i> L.	Polygonaceae	korov	x	x
139	Kozlačica	<i>Thalictrum aquilegiifolium</i> L.	Ranunculaceae	zeljaste biljke	x	x
140	Zuti šilj	<i>Cyperus flavescens</i> L.	Cyperaceae	trave	x	x
141	Zob	<i>Avena sativa</i> L.	Gramineae	korov	x	x
142	Poljska gorušica	<i>Sinapis arvensis</i> L.	Cruciferae	korov	x	x
143	Kamilica	<i>Matricaria chamomilla</i> L.	Compositae	zeljaste biljke	x	x
144	Češljuga	<i>Dipsacus laciniatus</i> L.	Dipsacaceae	korov	x	x
145	Kisel ruj	<i>Rhus typhina</i> L.	Anacardiaceae	drvčeve	x	x
146	Katalpa, cigaraš	<i>Catalpa bignonioides</i> Walter	Bignoniaceae	drvčeve	x	x
147	Gledičija	<i>Gleditschia triacanthos</i> L.	Leguminosae	drvčeve	x	x
148	Gvozdeno drvo	<i>Gymnocladus dioicus</i> (L.) K. Koch.	Fabaceae	drvčeve	x	x
149	Američki tulipanovac	<i>Liriodendron tulipifera</i> L.	Magnoliaceae	drvčeve	x	x

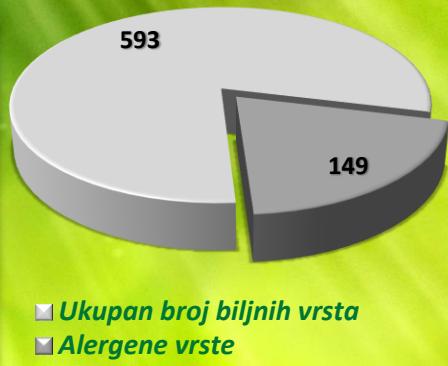
X JAK ALERGEN

X UMJEREN ALERGEN

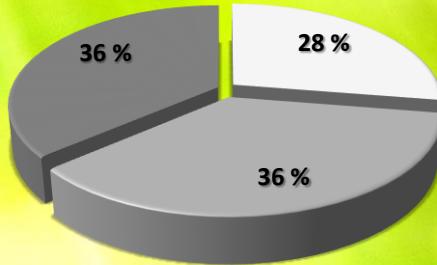
x SLAB ALERGEN

Od ukupno registrovane
593 biljne vrste na
području Kantona
Sarajevo, evidentirano je
149 biljnih vrsta sa
alergenim svojstvima.

Od 149 alergenih vrsta čak
36 % pripada kategoriji
biljaka koje proizvode jako
alergen polen te umjereno
alergen polen. Biljke koje
proizvode slabo alergen
polen čine 28 % od
ukupnog broja alergenih
biljaka.



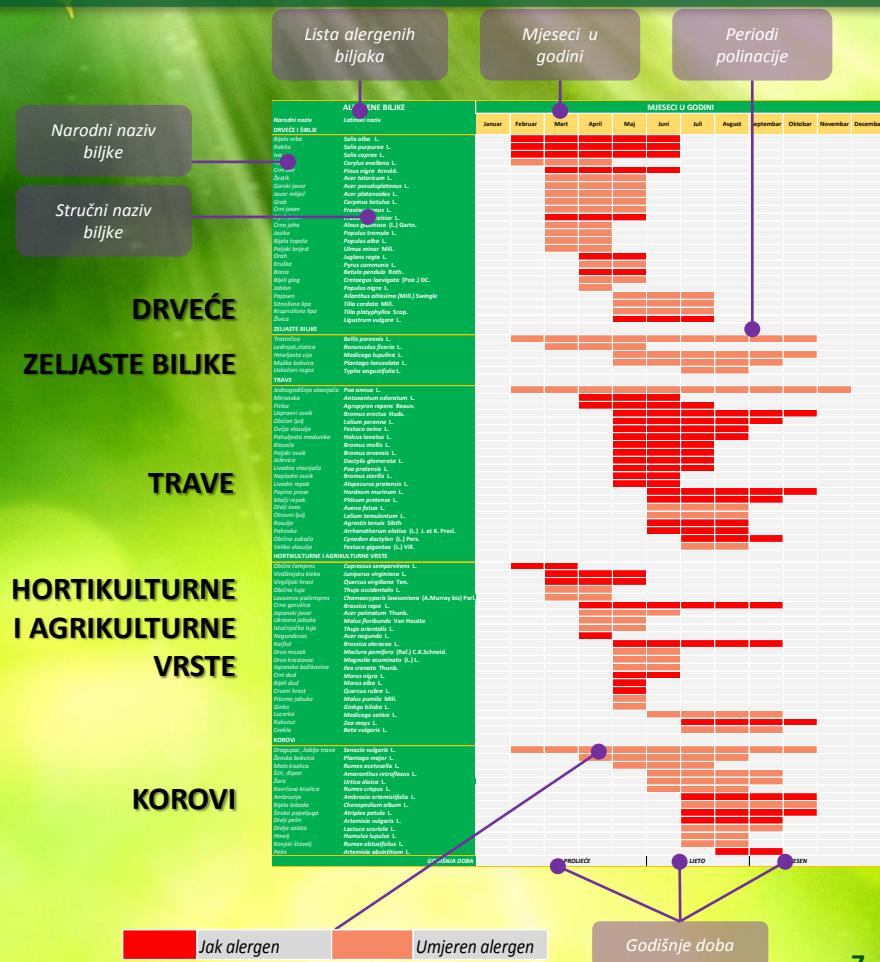
■ Ukupan broj biljnih vrsta
■ Alergene vrste



■ Jako alergen polen ■ Umjereno alergen polen ■ Slabo alergen polen

Struktura polen kalendara

Prisustvo polena u zraku na nekom području se može predvidjeti ukoliko se uzmu u obzir svi ekološki faktori i rezultati dugogodišnjeg praćenja koncentracije polena. Tada je moguće formirati unificiran obrazac pojave polena određenih biljnih vrsta, koje u tom području predstavljaju mogući razlog pojave alergija. Takav obrazac nazivamo polenski kalendar te on predstavlja grafički prikaz variranja koncentracija polena alergenih biljaka suspendovanog u zraku na određenom području.



Kako uništiti alergene biljke ?

Da bismo se mogli upustiti u borbu sa alergenim biljkama prvenstveno korovima i travama, među kojima je najopasnija ambrozija, neophodno je poznavati njihov vegetacijski ciklus.

Najznačajniji momenat uklanjanja mnogih alergenih trava i korova (npr. ambrozije) jeste faza sazrijevanja sjemena pred opršivanje.

Najdjelotvorniji pristup u suzbijanju uključuje:

- **Mehaničke mjere** (uništavanje biljke čupanjem ili košenjem prije perioda cvjetanja);
- **Agrotehničke mjere** suzbijanja korova;
- **Hemiske mjere** (upotreba neselektivnih herbicida u ranim fazama rasta biljke).



Žara



Pelin



Štir



Ambrozija



Cvijet ambrozije



List ambrozije

SUZBIJANJE ALERGENIH BILJAKA

Sva dosadašnja iskustva su pokazala da je najbolji, ali i najteži način u borbi protiv alergenih biljaka njihovo mehaničko uklanjanje (košenje). Stoga kao preventivnu mjeru pojave visokih koncentracija alergenih biljaka, predlažemo provođenje redovne koševine.

Važno je pristupiti redovnoj koševini na što većoj zelenoj površini grada Sarajeva, naročito u urbanoj zoni (Slika 1). Ova aktivnost bi doprinijela smanjenu arealu alergenih biljaka naročito trava i korova.



Kontinuiranim monitoringom koncentracije polena na području Kantona Sarajevo utvrđeno je da se najveća koncentracija trava i korova javlja tokom ljeta i jeseni. Stoga je u tom periodu, neophodno provoditi košenje nekoliko puta, a najmanje 4 puta tokom vegetacijske sezone.

Predloženi rasporedi košenja su:

- **4 sedmica jula;**
- **3 sedmica avgusta;**
- **2 sedmica septembra;**
- **3 sedmica septembra.**

PREVENTIVNE MJERE U BORBI PROTIV ALERGIJA

U periodu povećane koncentracije polena i pojave alergijskih reakcija, građani mogu primjeniti sljedeće mjere zaštite:

- Osobe alergične na polen trebaju nositi masku prilikom izlaska iz kuće;*
- Preporučuje se pranje kose svaku večer, jer se polenova zrna skupljaju na vlasima kose.*
- Najveća koncentracija polena je tokom jutarnjih sati, za sunčanih i vjetrovitih dana pa se ne preporučuje jutarnje provjetravanje prostorija.*
- Pratiti izvješća relevantnih institucija o stanju koncentracije polena u zraku, jer poznavanje vremena pojave visokih koncentracija pomaže u otkrivanju uzročnika ili biljke na koju su građani osjetljivi.*
- Koristiti polenski kalendar, jer je njegova svrha predviđanje početka polinacije, njenog trajanja s odstupanjima +/-15 dana, što ovisi od meteoroloških uslova datog područja.*
- Izbjegavati odlazak u prirodu za vrijeme sunčanog i vjetrovitog vremena, kada je poznato da su prisutne visoke koncentracije nekog alergenog polena u zraku.*
- Izbjegavati svježe pokošenu travu.*
- Za odlazak u prirodu izabrati dane nakon kiše, jer su tada koncentracije polena najniže u zraku.*
- Držati prozore stana zatvorenim i prekriti krevet u vrijeme najveće polinacije, te koristiti klima uređaje koji čiste, hlađe i suše zrak.*
- Nositi sunčane naočale i šešir tokom dana.*
- Ne sušiti odjeću i rublje na otvorenom za vrijeme visokih koncentracija polena*
- Četkati i redovno čistiti kućne ljubimce.*
- Uzimati redovito terapiju propisanu od liječnika.*

PREPORUKE SENZITIVNOJ GRUPI STANOVNJIŠTVA

- *Senzitivnoj grupi stanovništva Kantona Sarajevo se preporučuju kao osnovne mjere opreza i prilagođavanja ponašanja, upravo izbjegavanje pojedinih dijelova grada u određenim sezonom. Tako se npr. osjetljivim osobama preporučuje izbjegavanje kretanja Vilsonovim šetalištem u sezoni cvjetanja lipa.*
- *Osobama koje tokom ranog proljeća (u vrijeme cvjetanja drveća), često pate od alergijskog rinitisa, preporučuje se da što više vremena provedu u visokoplaninskom području (iznad granice šume).*
- *Za razliku od toga, osobama koje su alergične na polen trava preporučuje se što duži boravak u šumskim ekosistemima tokom ljetnog i ranojesenjeg perioda.*



O PROJEKTU...

Prevencija predstavlja jednu od nužnih mjera u zaštiti bilo kojeg oblika narušavanja zdravlja čovjeka. Zbog toga je danas, naročito u oblasti zdravstvenih studija posebna pažnja posvećena definiranju mjera prevencije, te njihovog uvođenja u vodeće strateške dokumente zaštite i očuvanja zdravlja.

Stalnim zagađenjem zraka, alergijske reakcije postaju svakodnevna pojava, dok reakcije uzrokovane polenom alergenih biljaka pokazuju tendenciju rasta. U svrhu zaštite i unapređenja zdravlja važno je uspostaviti sistem preventivnih mjera koje će potencijalnim pacijentima pomoći u sprečavanju pojave alergija. Jedna od preventivnih mjera zaštite od alergija jeste poznavanje perioda povećanog prisustva alergenog polena na određenom području.

Proteklih godina u Centru za ekologiju i prirodne resurse „Akademik Sulejman Redžić“ uspješno se realizuje monitoring polena u zraku na području Kantona Sarajevo. Zahvaljujući dugogodišnjoj saradnji Centra i Ministarstva za prostorno uređenje, građenje i zaštitu okoliša Kantona Sarajevo, stečena su višestruka znanja i iskustva iz oblasti palinologije, kao nauke koja se počinje razvijati i u našoj zemlji. Sa sticanjem novih znanja smatramo da je važno jačati informisanje javnosti o prisutnosti polena u zraku, upoznavati ih sa alergenim vrstama biljaka, i pojavi alergija, kroz korisne i razumljive modele preventivnog djelovanja. Stoga je u svrhu efikasne zaštite građana pripremljen polenski kalendar kao jedan od oblika preventivnog djelovanja od pojave alergijskih reakcija.

Zahvaljujemo se Ministarstvu prostornog uređenja, građenja i zaštite okoliša Kantona Sarajevo na dugogodišnjoj saradnji i ukazanom povjerenju

Polen kalendar sa brošurom je dostupan na stranici Ministarstva prostornog uređenja, građenja i zaštite okoliša Kantona Sarajevo, te se može preuzeti skeniranjem QR koda (<http://mpz.ks.gov.ba>).

Strogo se zabranjuje umnožavanje ili prodaja ovih publikacija.

