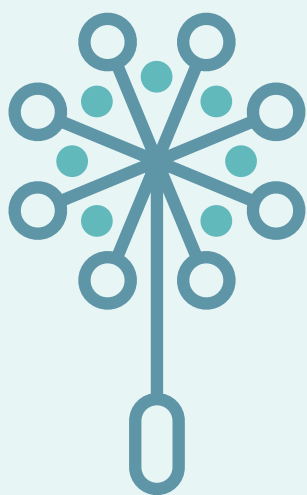




Din POLLEN- KALENDER

Använd det här verktyget för
att förstå din allergi bättre
– det gör att du kan medicinera
i tid och må bättre under
pollenssäsongen.

Kom igång >



SÅ GÖR DU:

1. Välj nedan vilken vecka du vill fylla i.
2. Ange hur du mår den aktuella veckan.
3. Fyll i pollenhalterna för veckan.
Du hittar aktuella pollenhalter för ditt område på pollenrapporten.se
4. Följ ditt mående på årsöversikten.

VÄLJ PERIOD:

VECKA 1–5 >

VECKA 6–10 >

VECKA 11–15 >

VECKA 16–20 >

VECKA 21–25 >

VECKA 26–30 >

VECKA 31–35 >

VECKA 36–40 >

VECKA 41–45 >

VECKA 45–50 >

VECKA 51–53 >

Årsöversikt >

< Start

VECKA 1–5

>

	v.1	v.2	v.3	v.4	v.5
Hur har du mått?					
Veckans pollenhalter:					
Klicka i cirkelarna nedan. Aktuella pollenhalter hittar du på pollenrapporten.se					
= Låga halter = Måttliga halter = Höga/Mycket höga halter					
Hassel					
Alm					
Sälg					
Vide					
Al					
Björk					
Ek					
Gräs					
Gråbo					
Malört					
En					
Gran					
Tall					

< Start

< VECKA 6–10 >

	v.6	v.7	v.8	v.9	v.10
Hur har du mått?					
Veckans pollenhalter:					
Klicka i cirkelarna nedan. Aktuella pollenhalter hittar du på pollenrapporten.se					
= Låga halter = Måttliga halter = Höga/Mycket höga halter					
Hassel					
Alm					
Sälg					
Vide					
Al					
Björk					
Ek					
Gräs					
Gråbo					
Malört					
En					
Gran					
Tall					

< Start

< VECKA 11–15 >

	v.11	v.12	v.13	v.14	v.15
Hur har du mått?					
Veckans pollenhalter:					
Klicka i cirkelarna nedan. Aktuella pollenhalter hittar du på pollenrapporten.se					
= Låga halter = Måttliga halter = Höga/Mycket höga halter					
Hassel					
Alm					
Sälg					
Vide					
Al					
Björk					
Ek					
Gräs					
Gråbo					
Malört					
En					
Gran					
Tall					

< Start

< VECKA 16–20 >

	v.16	v.17	v.18	v.19	v.20
Hur har du mått?					
Veckans pollenhalter:					
Klicka i cirkelarna nedan. Aktuella pollenhalter hittar du på pollenrapporten.se					
= Låga halter = Måttliga halter = Höga/Mycket höga halter					
Hassel					
Alm					
Sälg					
Vide					
Al					
Björk					
Ek					
Gräs					
Gråbo					
Malört					
En					
Gran					
Tall					

< Start

< VECKA 21–25 >

	v.21	v.22	v.23	v.24	v.25
Hur har du mått?					
Veckans pollenhalter:					
Klicka i cirkelarna nedan. Aktuella pollenhalter hittar du på pollenrapporten.se					
= Låga halter = Måttliga halter = Höga/Mycket höga halter					
Hassel					
Alm					
Sälg					
Vide					
Al					
Björk					
Ek					
Gräs					
Gråbo					
Malört					
En					
Gran					
Tall					

< Start

< VECKA 26–30 >

	v.26	v.27	v.28	v.29	v.30
Hur har du mått?					
Veckans pollenhalter:					
Klicka i cirkelarna nedan. Aktuella pollenhalter hittar du på pollenrapporten.se					
= Låga halter = Måttliga halter = Höga/Mycket höga halter					
Hassel					
Alm					
Sälg					
Vide					
Al					
Björk					
Ek					
Gräs					
Gråbo					
Malört					
En					
Gran					
Tall					

< Start

< VECKA 31–35 >

	v.31	v.32	v.33	v.34	v.35
Hur har du mått?					
Veckans pollenhalter:					
Klicka i cirkelarna nedan. Aktuella pollenhalter hittar du på pollenrapporten.se					
= Låga halter = Måttliga halter = Höga/Mycket höga halter					
Hassel					
Alm					
Sälg					
Vide					
Al					
Björk					
Ek					
Gräs					
Gråbo					
Malört					
En					
Gran					
Tall					

< Start

< VECKA 36–40 >

	v.36	v.37	v.38	v.39	v.40
Hur har du mått?					
Veckans pollenhalter:					
Klicka i cirkelarna nedan. Aktuella pollenhalter hittar du på pollenrapporten.se					
= Låga halter = Måttliga halter = Höga/Mycket höga halter					
Hassel					
Alm					
Sälg					
Vide					
Al					
Björk					
Ek					
Gräs					
Gråbo					
Malört					
En					
Gran					
Tall					

< Start

< VECKA 41–45 >

	v.41	v.42	v.43	v.44	v.45
Hur har du mått?					
Veckans pollenhalter:					
Klicka i cirkelarna nedan. Aktuella pollenhalter hittar du på pollenrapporten.se					
= Låga halter = Måttliga halter = Höga/Mycket höga halter					
Hassel					
Alm					
Sälg					
Vide					
Al					
Björk					
Ek					
Gräs					
Gråbo					
Malört					
En					
Gran					
Tall					

< Start

< VECKA 46–50 >

	v.46	v.47	v.48	v.49	v.50
Hur har du mått?					
Veckans pollenhalter:					
Klicka i cirkelarna nedan. Aktuella pollenhalter hittar du på pollenrapporten.se					
= Låga halter = Måttliga halter = Höga/Mycket höga halter					
Hassel					
Alm					
Sälg					
Vide					
Al					
Björk					
Ek					
Gräs					
Gråbo					
Malört					
En					
Gran					
Tall					

< Start

< VECKA 51–53 >

	v.51	v.52	v.53	
Hur har du mått?				
Veckans pollenhalter:				
Klicka i cirkelarna nedan. Aktuella pollenhalter hittar du på pollenrapporten.se				
= Låga halter = Måttliga halter = Höga/Mycket höga halter				
Hassel				
Alm				
Sälg				
Vide				
Al				
Björk				
Ek				
Gräs				
Gråbo				
Malört				
En				
Gran				
Tall				

< Start	< ÅRSÖVERSIKT			
Veckor:	Så här har du mått under året:			
v.1	v.2	v.3	v.4	v.5
v.6	v.7	v.8	v.9	v.10
v.11	v.12	v.13	v.14	v.15
v.16	v.17	v.18	v.19	v.20
v.21	v.22	v.23	v.24	v.25
v.26	v.27	v.28	v.29	v.30
v.31	v.32	v.33	v.34	v.35
v.36	v.37	v.38	v.39	v.40
v.41	v.42	v.43	v.44	v.45
v.46	v.47	v48	v.49	v50
v.51	v.53	v.53		