# Pressemitteilung

# Heuschnupfen-Saison 2026 beginnt früher, mehr Betroffene als im Vorjahr

## Daten der AOK Rheinland/Hamburg zeigen einen Anstieg von über 50 Prozent im Vergleich zum Vorjahr

Düsseldorf/Hamburg, 15. April 2026

**Für viele beginnt die Pollensaison in diesem Jahr früher und intensiver als gewohnt. Auswertungen der AOK Rheinland/Hamburg haben ergeben, dass die Zahl der Menschen mit Heuschnupfen im Vergleich zu 2025 spürbar gestiegen ist und die Beschwerden früher einsetzen. Während im Vorjahr Allergiker und Allergikerinnen typische Symptome vor allem im April entwickelten, sind viele in diesem Jahr bereits im März betroffen, in Kalenderwoche 11 stieg die Zahl um mehr als 50 Prozent an.**

Die AOK Rheinland/Hamburg hat die gemeldeten Arbeitsunfähigkeitsfälle (AU) analysiert, die auf Heuschnupfen und allergischen Schnupfen zurückgehen, und diese mit den entsprechenden Zeiträumen der Vorjahre verglichen. Im vergangenen Jahr traten die typischen Beschwerden bei Betroffenen erst im April besonders stark auf, während Allergikerinnen und Allergiker in diesem Jahr bereits im März deutliche Symptome wie Niesen, Hustenreiz, eine laufende Nase oder juckende Augen verspürten. So gab es in der Kalenderwoche 11 (9. bis 15. März) einen Anstieg um rund 51 Prozent im Vergleich zum Vorjahr. Auch in den beiden darauffolgenden Wochen, also ab Mitte März, blieben die Zahlen hoch: In Kalenderwoche 12 gab es einen Anstieg über 30 Prozent und in Kalenderwoche 13 um knapp 25 Prozent. Insgesamt meldeten sich in einem Zeitraum von



Kontakt und Information

Katharina Muschalla, Telefon 0211 8791-20005, presse@rh.aok.de
AOK Rheinland/Hamburg, Wanheimer Str. 72, 40468 Düsseldorf
aok.de/rh, X: @AOKRH

der 10. bis zur 13. Kalenderwoche in diesem Jahr 1.111 Versicherte der AOK Rheinland/Hamburg mit der Diagnose Heuschnupfen krank. Im Vergleich dazu waren es im selben Zeitraum des Vorjahres 684 Fälle.

**Pollensaison 2026 ungewöhnlich früh**
Dass die Heuschnupfen-Saison in diesem Jahr früher begann, liegt vor allem an den Wetterbedingungen: Ein milder Winter und warme Temperaturen im Frühjahr führten dazu, dass Bäume und Gräser eher blühten und Pollen freisetzten. Frühblüher wie Hasel und Erle sind bereits seit Anfang des Jahres aktiv.

Aktuell sinken die Zahlen jedoch wieder: Während in der Woche vom 23. bis 29. März noch 321 Arbeitsunfähigkeiten registriert wurden, waren es in der darauffolgenden Woche nur noch 129 Fälle (30. März bis 5. April). An eine Entspannung ist derzeit allerdings noch nicht zu denken. Erfahrungsgemäß steigen die Fallzahlen Anfang Juni wieder, wenn vor allem Gräserpollen aktiv werden. Insgesamt wurden 4.776 Versicherte mit der Diagnose Heuschnupfen im Jahr 2025 krankgeschrieben, ein Anstieg von über 10 Prozent im Vergleich zum Vorjahr.

„Pollenallergien stellen für viele Menschen eine erhebliche Herausforderung dar. Durch frühzeitige und gezielte Maßnahmen lassen sich Beschwerden in manchen Fällen lindern und die Lebensqualität verbessern," sagt Sabine Deutscher, Vorstandsmitglied der AOK Rheinland/Hamburg. „Wichtig ist es, Symptome ärztlich abklären zu lassen, um dann eine passende Behandlung zu finden und einem Fortschreiten der Allergie vorzubeugen."

**Von Heuschnupfen zu Asthma**
Aus einem zunächst harmlos erscheinenden Heuschnupfen kann sich im Verlauf allergisches Asthma entwickeln. Dabei verlagern sich die Beschwerden von den oberen in die unteren Atemwege. Die asthmatischen Symptome können entweder nur saisonal auftreten oder ganzjährig bestehen. Das Asthma-Behandlungsprogramm Curaplan der AOK hilft bei der Bewältigung der Krankheit. Es soll die Lebensqualität verbessern, Notfälle vermeiden und eine Verschlimmerung der Erkrankung verhindern. Durch umfassende Betreuung, praktische Schulungen und die richtigen Informationen zum Umgang mit der Erkrankung im Alltag können Beschwerden seltener oder gar nicht auftreten.

Weitere Informationen zum AOK-Curaplan finden Sie hier.



Kontakt und Information

Katharina Muschalla, Telefon 0211 8791-20005, presse@rh.aok.de
AOK Rheinland/Hamburg, Wanheimer Str. 72, 40468 Düsseldorf
aok.de/rh, X: @AOKRH