



Roma, 14 novembre 2018 - La tosse non è una malattia, ma un riflesso protettivo che serve a ripulire le vie aeree dalle secrezioni o da materiale inalato in modo involontario. Il suo ripetersi comporta ansia, disturbi del sonno, stanchezza e scarsa capacità di concentrazione durante il giorno. Può essere acuta o cronica.

La prima si risolve entro tre settimane ed è causata da una continua esposizione ai microbi, in particolare nei bambini tra i 2 e i 4 anni. Episodi di tosse acuta sono in gran parte legati all'insorgenza di malattie come laringite e pertosse. La tosse cronica invece dura più di otto settimane e le sue cause principali possono essere l'asma bronchiale o la tosse somatica. La terapia per la tosse varia a seconda della causa scatenante.

### **Le malattie che hanno come sintomo la tosse**

La **pertosse** è una malattia batterica contagiosa, si manifesta con una serie di colpi di tosse ravvicinati fino a lasciare senza respiro. Nei lattanti i suoi segni caratteristici sono l'apnea e la cianosi.

“Non esistono terapie specifiche se non quella antibiotica - spiegano i medici dell'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù - che se iniziata precocemente avrà maggiori probabilità di abbreviare i sintomi della malattia”. Con la vaccinazione contenuta nell'esavalente le manifestazioni cliniche sono più lievi.

La **laringite** è una patologia respiratoria prevalente in inverno, è causata da infezioni virali e uno dei sintomi tipici di questa malattia è la tosse che somiglia a un verso della foca o a quello di un cane che abbaia.

La prima cosa da fare è tranquillizzare il bambino e preferire la posizione seduta per migliorare la ventilazione. In caso di risposta parziale alla terapia o se la laringite è associata a una difficoltà

respiratoria va eseguita una visita medica. Il primo farmaco da scegliere è lo steroide, dietro prescrizione del medico, somministrato per via orale o respiratoria.

L'**asma bronchiale** ha espressioni cliniche variabili che vanno dalla tosse o sibilo all'affanno respiratorio, fino alla manifestazione più grave: il broncospasmo. Si tratta di un meccanismo di contrazione delle pareti bronchiali che può necessitare anche di cure in pronto soccorso o, nei casi gravi, in centri specialistici che forniranno un piano di cura personalizzato con i farmaci e le dosi più appropriate. Quando la tosse cronica è provocata da asma bronchiale, gli esperti del Bambino Gesù consigliano una terapia a base di aerosol, se occorre insieme ad altri farmaci per via orale.

La **tosse somatica**, o psicogena, è la seconda causa di tosse cronica dopo l'asma bronchiale, non ha origini organiche e insorge nei bambini a partire dall'età di 6 anni. Tra le sue caratteristiche troviamo una lunga durata, il carattere 'stizzoso', quasi si trattasse di un tic, oppure 'abbaiante', con un suono caratteristico che spesso somiglia a quello di un clacson. Nella maggior parte dei casi il sintomo si attenua rassicurando il bambino. Nei casi particolarmente resistenti può rendersi necessario il ricorso allo psicologo o allo psichiatra infantile.

### **Quando preoccuparsi e rivolgersi al pediatra**

In generale, se gli episodi di tosse non disturbano la vita quotidiana del bambino e scompaiono dopo 3 o 4 giorni, la tosse sarà da considerarsi del tutto benigna e non sarà necessario ricorrere al pediatra. Al contrario, la visita sarà opportuna in caso di tosse persistente e per molti giorni, tanto da ostacolare le normali attività quotidiane, oppure in caso di febbre (soprattutto se superiore a 39°C).

C'è anche un altro tipo di tosse: quella che compare all'improvviso e in modo vigoroso. In questo caso potrebbe trattarsi di inalazione di un corpo estraneo e il bambino non andrà toccato, ma incoraggiato a tossire ancora più energicamente per assecondare il riflesso di espulsione del corpo. Occorrerà avvisare subito il sistema sanitario di emergenza attraverso il numero 112.

### **I rimedi per la tosse**

Il tipo di farmaco da utilizzare dipende dalla malattia a cui è legata la tosse. "In commercio - dichiarano gli esperti del Bambino Gesù - esiste una grande varietà di strumenti e rimedi per trattare o prevenire la tosse, ma gli interventi utili ed efficaci sono davvero pochi. Gli antibiotici, ad esempio, sono utili solo se il medico sospetta un'infezione batterica. Il riflesso della tosse, in realtà, è generato da uno scolo di muco dal naso in gola, provocato dal raffreddore. Rimuovere il muco tramite lavaggi nasali - concludono gli esperti - è quindi il metodo più efficace".