



## 4. Tosse

Fonti varie, con integrazioni del Dr F Focarile.

Queste informazioni sono basate su fonti attendibili e sono date ai genitori per aiutarli a gestire meglio i sintomi dei propri bambini, ricordando che in ogni caso il riferimento per la assistenza sanitaria dei vostri bambini deve essere un medico con competenze specifiche, eventualmente coadiuvato da altri operatori sanitari.

**La tosse è un problema molto frequente nei bambini. Nella maggior parte dei casi essa è dovuta ad una lieve infiammazione delle prime vie aeree, causata da fattori atmosferici (inquinamento, freddo) o da virus. Di seguito alcune indicazioni per distinguere i tipi di tosse, gestire direttamente il problema, capire quando è il caso di rivolgersi al medico.**

### COME GESTIRE LA TOSSE

**Valutare le condizioni generali del bambino:**

**E' attivo?**

**Ha appetito?**

**Dorme tranquillo?**

**Ha febbre?**

**Ha mal di gola?**

**Età: fino a 8 mesi, se la tosse dura più di un giorno contattare il pediatra**

**Dopo i 2 anni contattare il pediatra se la tosse dura più di una settimana**

**Respiro: se respira velocemente o affannosamente contattare il pediatra**

**Tipo di tosse: tosse secca o tosse con catarro possono aiutare per la diagnosi**

**Quando ha la tosse:**

**La tosse notturna è quasi sempre associata ad un disturbo respiratorio che va valutato dal pediatra.**

**Tosse al mattino con catarro è spesso dovuta a catarro nasale**

**Una tosse diurna specie se secca è in genere dovuta a fattori irritativi**

**Sintomi e possibili DIAGNOSI con la tosse:**

- **Raffreddore: la tosse associata al raffreddore è una tosse in genere con catarro, può essere presente di notte ma in genere non è troppo intensa, si tratta in genere di una infezione virale che si risolve da sola.**
- **Voce roca o abbassamento di voce con tosse secca: sono dovuti ad una LARINGITE che va curata subito e che nel bambino più piccolo (fino a 3-4 anni) può richiedere il ricovero in ospedale se non gestita adeguatamente a casa. Contattare il pediatra entro 2 giorni.**
- **Difficoltà respiratorie (il bambino ansima o respira troppo veloce): sono il sintomo di una infiammazione dei bronchi con ASMA e vanno diagnosticate e trattate con medicine prescritte dal medico**
- **Febbre: tosse con febbre, calo di appetito e bambino meno attivo, senza raffreddore, può trattarsi di una POLMONITE, contattare il pediatra al secondo giorno.**

**Tipi di tosse e terapia a domicilio: Quando non ci sono le situazioni per chiamare il pediatra la tosse può essere gestita a casa, a seconda dei tipi e delle situazioni:**

- **Tosse con raffreddore: un cucchiaino di miele più volte al giorno; lavaggi nasali**
- **Tosse secca senza altri sintomi né febbre che dura meno di una settimana: bevande calde/tiepide con miele più volte al giorno**
- **Voce roca: utile un aerosol con beclometasone e soluzione fisiologica, secondo le indicazioni date almeno una volta, precedentemente, dal pediatra**
- **Tosse al mattino: lavaggi nasali come cura, se c'è secrezione nasale colorata e dura più di cinque giorni avvisare il pediatra che potrà prescrivere un antibiotico**