



La funzione

Il «colpo» che pulisce il sistema respiratorio

La tosse è un meccanismo difensivo che il nostro organismo mette in atto per «pulire» il sistema respiratorio. Durante un'infezione aiuta a eliminare il muco e altre secrezioni che possono prolungare la malattia. Se ci va di traverso un cibo o una bevanda, il riflesso della tosse può addirittura salvarci la vita. Per contro una tosse che persiste a lungo non è mai un buon segno. In questi casi è fondamentale capirne le cause.

Come si può capire l'origine della tosse?

«Le sue caratteristiche e il modo in cui ha avuto origine aiutano a individuarne la cau-

sa — premette Sergio Harari, direttore della Pneumologia all'Ospedale San Giuseppe Multi Medica di Milano e professore di medicina interna all'Università Statale di Milano —. Se è insorta di recente ed è secca è probabile che sia dovuta a infezioni respiratorie. La tosse grassa è tipica delle bronchiti acute. Ma se gli episodi durano a lungo o si verificano ripetutamente occorre approfondire. Ci sono moltissime malattie che possono avere tra i loro sintomi la tosse, dalla polmonite alla tubercolosi fino ad arrivare al cancro del polmone, ma quello che capita più di frequente

di constatare è che la tosse persistente è il primo sintomo di asma. Prima di giungere a una diagnosi, però, non è raro che i pazienti sottopongano a una serie di visite ed esami in cerca di una risposta, quando invece uno specialista con poche domande e una semplice spirometria può capire subito se si tratta di asma. Negli ultimi anni si è data grande attenzione alla tosse da reflusso gastrico, ma le cause più comuni restano l'asma, la broncopneumopatia cronica ostruttiva (Bpco) e le patologie di tipo bronchitico».

Che fare in caso di tosse?

«Di norma la tosse acuta

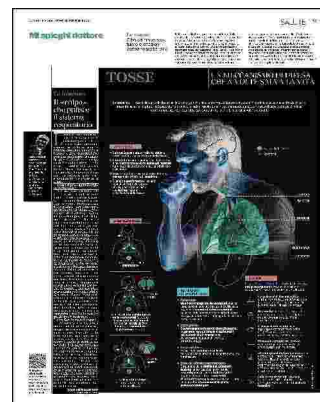
non va stroncata sul nascere, proprio perché è un meccanismo di difesa. I sedativi della tosse vanno assunti solo in casi selezionati. Il rischio altrimenti è quello di inibirli, favorendo il ristagno delle secrezioni. La terapia della tosse dipende dalla causa, è la malattia alla base che va trattata. In caso di forme croniche causate da asma o Bpco, per esempio, si può contare su numerosi farmaci inalatori, spesso usati in associazione. Ma quello che conta di più, è personalizzare la cura e insegnare ai pazienti ad assumere in modo continuativo e corretto i farmaci».

Antonella Sparvoli

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Sergio Harari
Direttore
Pneumologia
Ospedale
San Giuseppe
MultiMedica,
Milano;
professore di Medicina
interna,
Università
Statale
di Milano



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

061958

TOSSE

UN MECCANISMO DI DIFESA CHE A VOLTE SALVA LA VITA

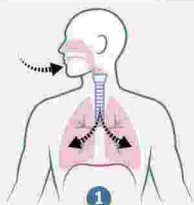
La **tosse** è un riflesso fisiologico di difesa che il nostro organismo adotta per neutralizzare e rimuovere in modo esplosivo una sostanza irritante presente nelle vie respiratorie. Spesso è un sintomo di infezioni respiratorie, ma può essere scatenata anche da diverse sostanze chimiche, come fumo di sigaretta e gas tossici, oppure da liquidi o i cibi inspirati involontariamente

I meccanismi

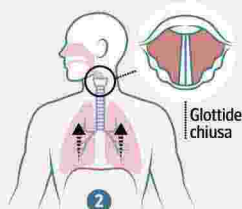
- La tosse è governata, a livello del sistema nervoso centrale, da un **centro della tosse**
- Lungo tutte le vie respiratorie, sul diaframma e nello stomaco si trovano **numerosi recettori**, terminazioni nervose che innescano il riflesso della tosse
- I diversi recettori rilevano stimoli differenti, per esempio, chimici o di pressione
- Quando attivati i recettori inviano segnali al centro della tosse che riorganizza la normale attività respiratoria nelle **tre fasi della tosse**

- Centro della tosse
- Recettori

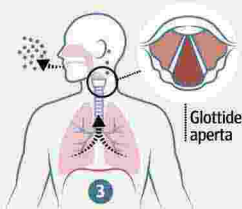
Le fasi della tosse



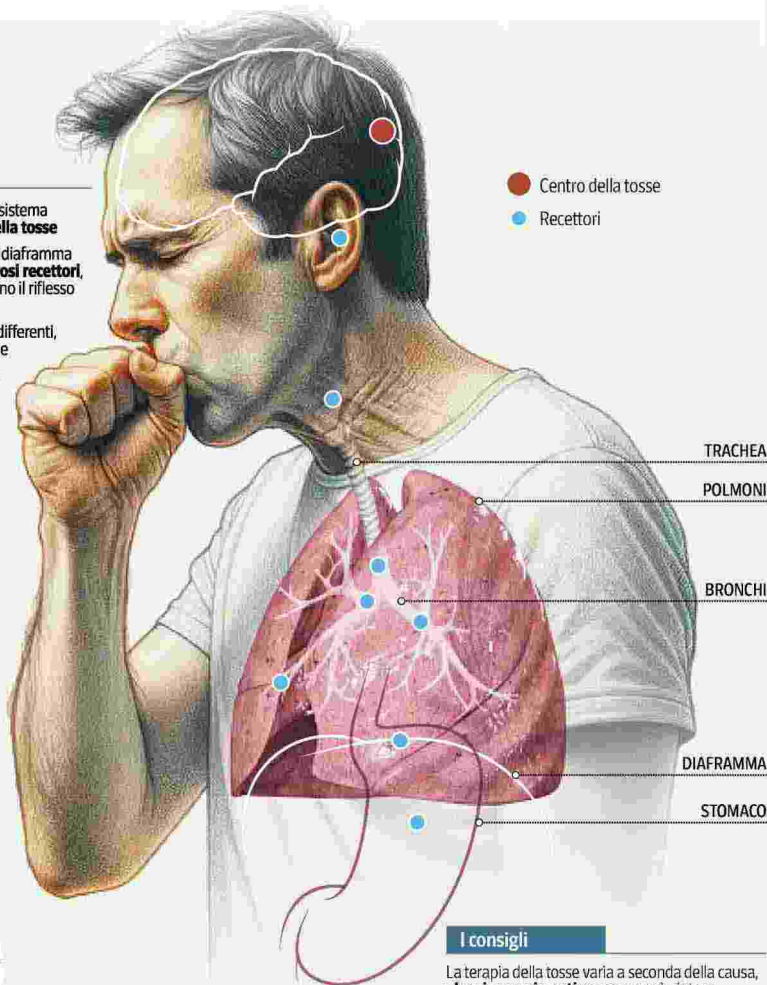
1
Inizia con una rapida **inspirazione**



2
Segue la **chiusura dello spazio tra le corde vocali (glottide) e la contrazione dei muscoli addominali e della gabbia toracica per aumentare la pressione nel torace**



3
Infine la **glottide si apre e rilascia un getto d'aria ad alta velocità**



I tipi di tosse e le possibili cause

- **Tosse secca**
Non è accompagnata da secrezioni. A volte sono presenti bruciore e irritazione della gola. In genere è **causata da virus respiratori**. Se persistente potrebbe essere **spia di asma**, a maggior ragione se accompagnata da affanno e respiro sibilante
- **Tosse grassa**
È accompagnata da **produzione di catarro**. In genere è legata a **infezioni dei bronchi acute o croniche** (come nel caso della broncopneumopatia cronica ostruttiva/Bpco)
- **Tosse metallica**
È tipica delle **patologie tracheali** ed è contraddistinta da una sonorità metallica e abbaianate
- **Tosse da reflusso gastroesofageo**
È scatenata dalla **risalita del contenuto gastrico** lungo l'esofago fino alla gola in seguito a un episodio di reflusso acido. In genere è associata alla **necessità di schiarirsi spesso la voce** e a sue alterazioni nonché all'**arrossamento della parte posteriore della gola**

I consigli

La terapia della tosse varia a seconda della causa, **alcuni accorgimenti** possono però aiutare ad attenuare il fastidio e favorire la risoluzione



L'**assunzione di bevande calde**, che hanno un effetto emolliente, come la classica tazza di latte caldo e miele, può attenuare il riflesso della tosse



Bere molto in caso di tosse grassa impedisce che il catarro si addenshi troppo, diventando più difficile da espellere



Le **inalazioni di vapore**, senza aggiungere sostanze balsamiche che possono risultare irritanti, possono dare sollievo temporaneo



Il fumo può peggiorare la tosse, cercare di non fumare e non esporre a fumo passivo chi ha la tosse



Gli **sciroppi sedativi per la tosse** vanno usati solo su indicazione del medico. Se non utilizzati in modo corretto possono inibire il riflesso della tosse, facilitando il ristagno delle secrezioni nei bronchi con il risultato di aumentare il rischio che si infettino



Se la tosse persiste a lungo, dopo che eventuali altri sintomi di infezioni respiratorie si sono risolti, **consultare il medico**

Corriere della Sera / Mirco Bagnoli/11

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

061958