



## INFEZIONI RESPIRATORIE

### *Cosa sono?*

Le infezioni delle vie respiratorie sono le malattie più frequenti nei bambini. Sono spesso causate da virus e i sintomi (raffreddore, tosse, febbre, mal d'orecchio) scompaiono nella maggior parte dei casi spontaneamente nell'arco di 10-14 giorni. Nei bambini che frequentano l'asilo è comune che si verifichino spesso (infezioni ricorrenti); il numero di episodi di infezione si riduce con l'età del bambino. Seguire scrupolosamente le comuni norme igieniche (p. es. lavare spesso le mani, tossire e starnutire coprendo naso e bocca con un fazzoletto di carta da gettare dopo l'uso) è utile per prevenire il diffondersi delle infezioni.

### *Come si curano?*

Nella maggior parte dei casi le infezioni delle vie respiratorie non richiedono alcuna terapia farmacologica. Talvolta, sulla base dei sintomi del bambino (p. es. febbre) o degli esami (p. es. il test rapido per lo streptococco) il pediatra potrebbe prescrivere un antifebbrile o un antibiotico in caso di sovrapposizione di infezione batterica. Alcuni accorgimenti sono utili per ridurre i sintomi e dare sollievo al bambino.

### *Tosse*

La tosse è un sintomo che infastidisce il bambino (non lo fa dormire, a volte gli provoca il vomito) e che preoccupa i genitori, ma in realtà è **un meccanismo generalmente "utile" per eliminare il catarro**. È importante aiutare il bambino facilitando l'espulsione del catarro, rendendolo più fluido.

*Consigli:* far bere spesso, con liquidi meglio se caldi (p. es. tisane, latte e miele).

I lavaggi nasali e l'aerosol con soluzione fisiologica sono tutti mezzi utili per "sciogliere" il muco e attenuare l'irritazione. È importante anche umidificare l'ambiente (mantenendo il tasso di umidità intorno al 50%). Per quanto riguarda i farmaci, la loro efficacia non è del tutto dimostrata.

### *Otalgia*

Nel bambino il mal d'orecchio (otalgia) è abbastanza frequente come conseguenza di una malattia da raffreddamento o come sintomo di una infezione (otite). Per alleviare il dolore e/o la febbre, in attesa della visita del pediatra, è utile il paracetamolo. Se il bambino ha anche raffreddore, i lavaggi nasali con soluzione fisiologica possono dare sollievo, mentre le gocce otologiche vanno usate con molta cautela, possibilmente su indicazione del medico o comunque dopo attenta valutazione del farmacista con il familiare del piccolo paziente; infatti, in caso di perforazione del timpano anche silente (verificabile con otoscopia solo dallo specialista), potrebbero causare danni all'orecchio.



**Comuni norme igieniche sono utili per impedire e prevenire il diffondersi delle infezioni delle vie respiratorie, che molto spesso non necessitano di farmaci.**

La tua farmacia