



Departament de Pediatria
Hospital Universitari Quirón Dexeus
C/ Anglí, 31, 2^a planta
08017 Barcelona
Tel.: 93 205 57 57
Fax: 93 205 05 23
www.pediatriadexeus.com

LA LARINGITIS – CONSELLS SOBRE LA TOS

Fulls d'Informació Sanitària (FIS)

La tos és un dels mecanismes que té el cos per eliminar les secrecions infectades de les vies respiratòries. Per aquesta raó, si és productiva i arranca mucositat, no és necessari eliminar-la sigui com sigui, tot i que es pot intentar que disminueixi per facilitar el descans del nen. A més, l'utilització de descongestius i calmants no sempre és efectiva i pot interferir negativament en la funció natural de la tos, fent que les mucositats s'espesseixin i siguin més difícils d'eliminar. Els medicaments antitussígens i els antiespasmòdics poden estar indicats durant els primers dies si la tos és molt seca i irritativa, perquè alleujaran una mica les molèsties del nen. Però la tos residual, que és la que dura 7 ó 10 dies, no acostuma a millorar amb medicaments.

LA LARINGITIS

La Laringitis o *Croup* és una malaltia de l'aparell respiratori que afecta principalment a la laringe i a les cordes vocals, però que també pot estendre's a la tràquea i vies aèries que condueixen als pulmons. Actualment és força estrany que la provoqui una bactèria. Normalment el culpable és un virus i en hi ha molts que la poden causar. Els més comuns, però, són aquells que també provoquen el refredat comú o la grip. La laringitis és molt contagiosa i no es pot fer gran cosa per evitar agafar-la o que la agafin altres membres de la família. De fet, és molt probable que l'agafin els germans del nen infectat, tot i que potser només tindran un refredat amb tos i mocs.

La malaltia es contagia quan les secrecions infectades són emeses a l'aire circumdant a la cara d'una persona. Normalment, això passa quan un nen esternuda a prop d'un altre o quan ho fa sobre una joguina u altres objectes que compartiran després. A cap d'uns dies, els símptomes comencen a manifestar-se. El nen fa una tos que recorda la dels gossos: una tos seca, afònica o metàl·lica que generalment s'aguditza durant la nit o comença de matinada i que sol comportar ronquera de veu i mal de coll o picor. Algunes vegades, la laringitis també dona una febre que pot arribar a ser alta. Sovint, pot arribar a ser tan intensa que provoca vòmits. Altres vegades, el nen pot fer un soroll tosc anomenat "estridor". La fase aguda de la malaltia s'acaba en dos o tres dies, però la tos més tova i amb mocs pot mantenir-se unes dues setmanes més.

TRACTAMENT DE LA LARINGITIS

Gairebé tots els casos de Laringitis milloren quan l'afectat pot respirar en un ambient humit i més aviat fresc que no pas calent (la majoria d'humidificadors produeixen aire calent). No recomanem que abrigueu excessivament al nen per dormir ni que el tingueu en una habitació tancada, agobiant o calorosa. Podeu estar segurs que millorarà molt més si el deixeu respirar l'aire fresc de la nit o si el traieu una estona a la terrassa, al balcó o al carrer (la creença de que l'aire fresc empitjora els refredats és falsa —tot i que està molt arrelada!— i cal desterrar-la). Pel que fa a l'activitat física, és probable que el nen la disminueixi pel seu compte mentre no es trobi bé i que torni a augmentar-la quan es vagi recuperant. Si és un nen que es mou molt, intenteu que es mogui menys fins que estigui millor perquè si no, la tos li empitjorarà.

El tractament més recomanable pel nas tapat és aplicar unes gotes o una aspersion de sèrum fisiològic RHINOMER® a les fosses nasals i després mirar d'aspirar suaument la mucositat amb una pera de goma i una sonda tipus NARHINEL®. També ajuda que el nen prengui molta quantitat de líquids perquè l'ajudaran a fluidificar el moc, tot i que no és imprescindible i no cal si no li ve de gust. Tampoc espereu que mengi gaire perquè és molt incòmode menjar amb el nas tapat (un es cansa més) o amb el coll irritat (fa mal), sobre tot si és un nen petit.

Per millorar la sensació de malestar i per baixar la febre, lo millor són els analgèsics antitèrmics tipus APIRETAL® o GELOCATIL®. Els antibiòtics no estan indicats en les laringitis víriques —que, recordem-ho, són la majoria— perquè no tenen cap efecte positiu i per tant, no serveixen per res en aquestes circumstàncies. Alguns casos molt

greus arriben a necessitar ingrés hospitalari per millorar la respiració i per afegir medicació endovenosa i/o inhalatoria.

Quan desaparegui l'estridor, no tingui febre i respiri adequadament, el nen ja podrà tornar a l'escola o guarderia. No es preocupi per la tos, perquè pot allargar-se encara uns dies.

QUAN HEM D'ANAR A URGÈNCIES?

Hi ha uns casos, no pròpiament de Laringitis sinó de situacions semblants, que requereixen especial atenció perquè caldrà anar a urgències ràpidament si es produeixen. Són els següents (entre d'altres possibles):

- El nen té moltes dificultats per empassar i saliveja contínuament.
- Se li enfonsa el pit amb cada respiració i els llavis se li posen morats.
- L'estridor és molt intens i es produeix sobre tot quan el nen inspira, més que no pas quan expira o tus.
- Quan la "tos de gos" comença inesperadament, el nen mostra signes d'esgotament.