



## TOSSE

**La tosse è un'energica contrazione inspiratoria, cui segue una rapida espirazione, con chiusura della rima glottidea, seguita da una riapertura della stessa con genesi di una vibrazione sonora, a cui si accompagna un innalzamento del palato molle, occludente il naso-faringe. Essa si verifica normalmente per liberare le vie aeree da una accumulazione di muco, dalla presenza di bolo alimentare che non prenda la via dell'esofago o dalla presenza di sostanze irritanti per la mucosa.**

Il fumo di sigaretta, infiammando la mucosa bronchiale, è una causa frequente della cosiddetta tosse cronica, cioè frequente ed abituale, la quale può anche indicare la presenza di una malattia.

Il meccanismo della tosse è regolato da un centro nervoso apposito del midollo allungato: si tratta di un riflesso importante e primitivo dell'essere umano, come lo è anche lo starnuto, a protezione della corretta respirazione.

I farmaci contro la tosse agiscono a livello dell'apparato respiratorio. Esistono supposte, soluzioni per aerosolterapia, compresse da sciogliere in acqua, o i più diffusi sciroppi.

Per quanto riguarda il meccanismo d'azione occorre fare una distinzione tra i vari tipi di sciroppo in commercio.

Esistono infatti:

**Sedativi centrali**, che agiscono spegnendo l'interruttore cerebrale della tosse eliminandone lo stimolo. Sono indicati solo in caso di tosse secca o stizzosa o comunque senza produzione di muco.

**Sedativi periferici**, questi "addormentano" i recettori situati sull'albero respiratorio, ed il cervello non fa partire lo stimolo della tosse. Anche questi sedativi periferici, come i sedativi centrali, sono indicati nella tosse secca.

**Mucolitici**, questi agiscono in vari modi, principalmente spezzando le proteine del muco rendendolo più fluido e facilitandone il lavoro di espulsione da parte di bronchi e trachea. Questi farmaci non calmano subito la tosse, come avviene invece con i sedativi. Anzi, all'inizio si può verificare un aumento dello stimolo a tossire, proprio perché in presenza di muco, l'obiettivo è

eliminare prima il catarro, e poi calmare la tosse. L'assunzione prematura di sedativi può provocare il ristagno del muco nelle cavità broncopolmonari, e ciò può dare origine ad infezioni più o meno gravi.

**Principi attivi "espettoranti"**. In genere si tratta di prodotti a base di estratti vegetali cui la tradizione più che l'evidenza scientifica attribuiscono il potere di far aumentare la produzione di muco. Su questi principi attivi e sulla loro associazione con altri a diverso meccanismo d'azione, (espettorante con sedativo, o espettorante con mucolitico) la comunità scientifica è divisa; in commercio ne esistono tanti, ma la loro efficacia e sicurezza non sono accettate da tutti.