

Μουτσάνας Ελευθέριος Παιδίατρος



ΧΡΟΝΙΟΣ ΒΗΧΑΣ ΚΑΙ ΒΗΧΑΣ «ΕΚ ΣΥΝΗΘΕΙΑΣ» ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΕΦΗΒΟΥΣ

Ο βήχας αποτελεί ένα φυσιολογικό αμυντικό αντανακλαστικό του οργανισμού μας, που συμβάλλει στον καθαρισμό της αναπνευστικής οδού από φλέγματα και ερεθιστικούς παράγοντες, όπως η σκόνη.

Ο βήχας είναι ένα πολύ συνηθισμένο σύμπτωμα στην παιδική ηλικία, αποτελεί μια από τις πρώτες αιτίες επίσκεψης στα παιδιατρικά ιατρεία και μερικές φορές προκαλεί έντονη ανησυχία στους γονείς. Αν και συχνά είναι ενοχλητικός τόσο για το ίδιο το παιδί (γιατί επηρεάζει το παιχνίδι του, τη σχολική του απόδοση και τον ύπνο) όσο και για το περιβάλλον, συνήθως δεν υποκρύπτει κάτι σοβαρό. Με βάση τη διάρκειά του διακρίνεται σε οξύ και χρόνια βήχα. Οξύ αποκαλούμε το βήχα που η διάρκειά του δεν ξεπερνά τις 3 εβδομάδες και συνήθως οφείλεται σε κάποια ιογενή λοίμωξη του αναπνευστικού (αυτό δεν σημαίνει ότι αποκλείονται άλλες αιτίες, όπως η εισρόφηση ξένου σώματος, κλπ.). Παιδιά νηπιακής και σχολικής ηλικίας μπορεί να παρουσιάσουν 4-6 επεισόδια οξέος βήχα το χρόνο, κυρίως κατά τους χειμερινούς μήνες.

Χρόνιος χαρακτηρίζεται ο βήχας, που διαρκεί περισσότερο από 4 εβδομάδες και άλλες φορές οφείλεται σε κάποια πάθηση που τη βρίσκουμε (ειδικός βήχας), άλλες φορές μπορεί να μην εντοπίζεται εμφανής αιτία του (μη ειδικός βήχας). Οι αιτίες του χρόνιου βήχα είναι οι λοιμώξεις (κυρίως ιογενείς), το βρογχικό άσθμα, συγγενείς ανωμαλίες του αναπνευστικού συστήματος, η γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση, η κυστική ίνωση, η εισπνοή καπνού (παθητικό κάπνισμα στα παιδιά, παθητικό ή και ενεργητικό κάπνισμα στους εφήβους), η εισρόφηση ξένου σώματος, κλπ. Η ηλικία παίζει σημαντικό ρόλο στην αιτιολογία του χρόνιου βήχα και κάποιες από τις αιτίες που αναφέρθηκαν είναι πιο συχνές σε μικρότερες ηλικίες, ενώ κάποιες άλλες σε μεγαλύτερες ηλικίες. Το κυριότερο πάντως αίτιο του χρόνιου βήχα είναι η χρόνια επίμονη μικροβιακή βρογχίτιδα, η οποία χαρακτηρίζεται από την ηπιότητα των συμπτωμάτων, την απουσία πυρετού και τα λίγα ευρήματα στην ακρόαση.

Θα πρέπει βέβαια να αντιδιαστείλουμε τον χρόνια βήχα από τα επαναλαμβανόμενα επεισόδια οξέος βήχα που παρουσιάζουν τα παιδιά λόγω προσβολής του αναπνευστικού συστήματος από ιογενείς λοιμώξεις. Τα παιδιά που βήχουν για πολλές ημέρες, τις περισσότερες φορές, αλλά όχι όλες,

παρουσιάζουν υποτροπιάζουσες λοιμώξεις του αναπνευστικού (συμβαίνει κυρίως στα παιδιά που πάνε στον παιδικό σταθμό). Στις περιπτώσεις αυτές ο βήχας της πρώτης λοίμωξης υποχωρεί, αλλά πριν εξαφανιστεί εντελώς το παιδί έχει αρχίσει εκ νέου βήχα στο πλαίσιο της επόμενης ίωσης. Στις περιπτώσεις αυτές δεν χρειάζεται να κάνουμε κάποιον ιδιαίτερο εργαστηριακό έλεγχο, σε αντίθεση με τις περιπτώσεις του χρόνιου βήχα που θα πρέπει και ιατρική βοήθεια να αναζητείται από τους γονείς και έλεγχος να γίνεται.

Ξεχωριστή περίπτωση αποτελεί ο «βήχας εκ συνηθείας», ο οποίος κατατάσσεται στην κατηγορία του πολύπλοκου φωνητικού τικ και τα τελευταία χρόνια παρουσιάζει αυξητική τάση. «Βήχας εκ συνηθείας» ονομάζεται ο χρόνιος ξηρός, εκρηκτικός και επίμονος βήχας, ο οποίος εμφανίζεται χωρίς τη θέληση του παιδιού και δεν οφείλεται σε οργανικά αίτια. Παλαιότερα ήταν γνωστός και με άλλες ονομασίες, όπως «ψυχογενής», «προκλητός» κλπ. Το κύριο χαρακτηριστικό του είναι ότι εμφανίζεται αποκλειστικά κατά τη διάρκεια της ημέρας και εξαφανίζεται κατά τη διάρκεια του ύπνου. Ο βήχας μπορεί να αναπαραχθεί από το παιδί, αν του το ζητήσουμε, υποχωρεί όταν ασχολείται με πράγματα που το ευχαριστούν (π.χ. άσκηση, παιχνίδι) και επιτείνεται όταν δίνουμε σημασία στο παιδί. Εμφανίζεται στη σχολική ηλικία με την ίδια συχνότητα σε αγόρια και κορίτσια, αρχική αφορμή μπορεί να αποτελέσει μια ήπια ιογενής λοίμωξη του αναπνευστικού συστήματος, μπορεί να διαρκέσει μήνες ή και χρόνια και το παιδί δεν φαίνεται να πάσχει. Χαρακτηριστικό στοιχείο στη διάγνωση είναι η αποτυχία κάθε θεραπευτικής παρέμβασης με εισπνεόμενα φάρμακα (αυτά τα οποία χρησιμοποιούνται στη θεραπεία του βρογχικού άσθματος) ή με αντιβιοτικά. Εμφανίζεται σε παιδιά έξυπνα με ελεύθερο οικογενειακό ιστορικό και συχνότερα σε παιδιά με αγχώδη προσωπικότητα. Η αντιμετώπισή του είναι πιο εύκολη, όταν εντοπιστούν οι αιτίες που προκαλούν στρες στο παιδί (μαθησιακές δυσκολίες, bullying, ενδοοικογενειακή βία, οικονομικές δυσκολίες στην οικογένεια, διαζύγιο, απώλεια αγαπημένου προσώπου, κλπ.).

Αν και τις περισσότερες φορές, λοιπόν, ο βήχας δεν είναι ανησυχητικός, είναι σημαντικό να ξέρουμε πότε πρέπει να επισκεφτούμε γρήγορα το γιατρό. Ανάμεσα στα στοιχεία που πρέπει να θέτουν άμεσα τους γονείς σε συναγερμό για ιατρική βοήθεια είναι:

- η εμφάνιση βήχα σε ηλικία μικρότερη των 3 μηνών,
- ο βήχας με συνοδά συμπτώματα που σημαίνουν σπουδαίο πρόβλημα (υψηλός πυρετός, γρήγορη ή θορυβώδης αναπνοή, δυσκολία στην αναπνοή καθώς το λακκάκι στο λαιμό και το δέρμα κάτω από τις πλευρές πηγαίνουν προς τα μέσα, έντονη ανησυχία ή σημεία έντονης κόπωσης, επεισόδια άπνοιας με σταμάτημα της αναπνοής για >15 δευτερόλεπτα, μελάνιασμα προσώπου, έντονα βραχνή φωνή ή κλάμα, δυσκολία στη σίτιση ή εμετός, αίσθημα βάρους ή πόνου στο στήθος, αιμόπτυση),
- ιστορικό εισρόφησης ξένου σώματος και
- επίμονος βήχας που διαρκεί πάνω από 3 εβδομάδες.



Δημοσιεύτηκε στην εφημερίδα ΝΕΟΣ ΑΓΩΝ στις 01/12/2017