



## Tos

**Categoría:** [Afecciones del sistema respiratorio](#)

Es el síntoma más común de las enfermedades respiratorias. Es un acto reflejo o voluntario las flemas o el aire contenido en las vías respiratorias



## Causas

**Inflamación de las vías respiratorias altas.** Faringitis (tos de los fumadores), laringitis, inflamación pulmonar por bronquitis, neumonía, tuberculosis, cáncer pulmonar, cuerpos extraños. Las afecciones pleurales se acompañan de tos seca. **La insuficiencia cardíaca** es una causa frecuente de tos. A veces es la única señal de embolia pulmonar o infarto del pulmón. **Tos de origen nervioso:** Tos seca, que es un verdadero tic nervioso. Cuando la tos dura más de una semana conviene consultar al médico para que determine su origen.



## Tratamiento

Los tratamientos para aliviar este problema se dividen en dos clases: Los expectorantes, que se utilizan en la tos seca o con producción de mucosidades muy espesas, como en el asma. Luego están los sedantes, que se utilizan para accesos de tos o tos persistente como la de la tos ferina, la de los resfríos comunes y la de las infecciones bronquiales

## Clases de Tos

- **Seca sin expectoración:** Puede presentarse cuando hay cáncer de pulmón y laringitis.
- **Húmeda con expectoración:** Se presenta en casos de bronquitis, y en resfríos.
- **Persistente con accesos:** Se presenta en la tos ferina, el coqueluche, y el asma.
- **Bitonal o perruna:** Problemas de tráquea y ulceraciones de la laringe.



## Información

Lo importante en los padecimientos que provocan tos es determinar la causa que la produce. Visite a su médico



## Plantas medicinales recomendadas para Tos

### Expectorantes



[Albahaca](#)

Infusión de las hojas, vía oral



[Cardosanto](#)

Infusión de la savia o secreción del tallo, vía oral

[Cinco negritos](#)

Infusión de la raíz, vía oral

[Hisopo](#)

Infusión de la planta, vía oral



Orozuz

Infusión de los rizomas, vía oral



Pichichío

Pulpa de los frutos en inhalaciones traqueo-bronquiales



Sanguinaria

Cocimiento de la planta, en forma oral



Zacate de limón

Infusión de hojas, tallos y rizomas, vía oral



### Sedantes de la tos



Cebolla

Jugo de la cebolla, una cucharadita diluida en agua, vía oral



Chayote

Infusión de las hojas, vía oral



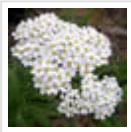
Jengibre

Infusión de los rizomas, vía oral



Malva

Infusión de toda la planta, vía oral



Milenrama

Infusión de toda la planta, vía oral



Orégano

Infusión de hojas y flores hervidas en leche, vía oral



Salvia

Infusión de las hojas, vía oral



Tomillo

Infusión de toda la planta, vía oral