



Cara Tata Adriana, Le scrivo per chiederle un consiglio....Ho una bambina di quasi 3 anni e da sempre sin da quando è nata piange disperata quando sale in macchina... io l'ho allattata fino a 10 mesi e quando la allattavo non vomitava mentre da quando le ho dato le pappe appena sale in macchina dopo neanche 5 minuti vomita (versione esorcista).

La pediatra mi ha dato delle gocchine di Tinset (che è un antistaminico ma funziona anche per il mal d'auto) funzionano (a volte...se deve dormire altrimenti vomita ugualmente e durano solo 4 ore dopo di che vomita) io sono molto restia nel dargliele essendo comunque un medicinale.



Quest'estate abbiamo fatto un viaggio per andare al mare di 4 ore e lei mi ha vomitato 6 volte! E' stato un incubo!....da allora ha ancora di più paura di salire in macchina sgrana gli occhi e dice "io brum brum mamma...io no brum brum mamma"....non so più cosa fare sono "segregata" in un paese dove non c'è nulla e non posso andare da nessuna parte (a meno che non mi faccio chilometri e chilometri a piedi, prendendo il treno...almeno quello non lo soffre)se devo andare a fare la spesa devo lasciare la bambina a qualcuno se voglio andare a farmi un giro non posso o devo lasciare la bambina a qualcuno e andare da sola con mio marito...devo sempre dipendere dagli altri e questa è una cosa che non sopporto! Lei cosa dice dovrei "forzarla" e portarla in auto ugualmente oppure devo continuare a vivere una vita da reclusa e lasciarla tranquilla....la prego mi aiuti mi dia un consiglio.

Grazie Mamy07

Cara Mamy 07,

Hai tutta la mia comprensione! Non solo mio figlio Tommaso era (e a volte tuttora è) un vomitone, lo sono anch'io! C'è poco da fare, alcune persone soffrono di più la macchina, la barca, l'aereo...

Il mal di macchina, chiamato chinetosi, non è un problema allarmante. Certo, è mooolto fastidioso. Succede ad alcuni soggetti quando c'è un conflitto di segnali tra la percezione visiva e la percezione labirintica. L'orecchio medio si rende conto che la macchina è in movimento mentre gli occhi, che vedono l'interno della macchina, percepiscono che la macchina sia ferma. Il cervello si confonde e il risultato è la nausea.

In molti casi il bambino lamenta un malessere il che ci da (a volte) il tempo di aggiustare il colpo prima che inizi a vomitare. Come in tutto, prevenire è meglio di curare.

Ecco alcuni suggerimenti:

Incoraggia la tua bambina a guardare lontano FUORI dalla macchina, magari facendo un gioco di indovini tipo "vedo una cosa blu.... Cos'è?"

Evitate i libri o giochi dove la bambina deve fissare un punto (tipo videogame). Siedi la bambina in una posizione dove possa vedere bene avanti fuori piuttosto che dai finestrini laterali. Posiziona la bambina sempre in direzione del traffico e non guardando all'indietro (alcuni SUV hanno i sedili posteriori girati.)

Aprite la finestra - l'aria fresca aiuta il senso di nausea.

Evitate di fumare nell'abitacolo (questa regola vale SEMPRE quando si viaggia con bambini... e anche con altri adulti!)

Evitate gli odori forti (per esempio, evitate di mangiare cose ricercate in macchina... ok un pacchettino di crackers, per esempio--- anzi, a volte aiuta proprio perché mantiene lo stomaco impegnato.)

Evitate i liquidi prima di un viaggio. Meglio la pancina piena ma evitate i cibi pesanti o di difficile digestione. Un'occhio alla guida: evitate di accelerare e decelerare, guidate con più dolcezza specialmente in presenza di curve. Nei viaggi lunghi, pianificate le soste in modo che siano regolari e frequenti. Esistono anche dei farmaci specifici contro il mal di macchina-- parlane con il tuo PEDIATRA.

In commercio ci sono anche dei braccialettini che spingono su alcuni punti di acupressione.

E "last but not least" (per ultimo ma non per questo meno importante) un piccolo secchiello e tanti sacchetti di plastica da tenere sempre a mano in caso di getto improvviso!

Ricordatevi le salviettine umide!

Mamme Domani | Soffre di mal d'auto e non vuole salire in macchina

Scritto da Adriana Cantisani

Mercoledì 30 Dicembre 2009 09:25

Scrivo con il sorriso e cerco un po' di ironia ma credimi, ti abbraccio veramente FORTISSIMO--so quanto è brutto per tua figlia e per voi genitori vederla stare male.

Purtroppo c'è poco da fare.... A volte diminuisce dopo il 5° anno di età quando le adenoidi sono meno grandi in proporzione e il muco fuoriesce meglio dal naso... Spesso i bambini che soffrono di otite media lamentano il mal di macchina e spesso le otiti aumentano quando si passa all'uso del biberon...

Infatti, mi dici che quando l'allattavi non soffriva di questo disturbo....

Già che ci siamo, perché non fare un esame audiometrico per valutare la situazione dell'orecchio medio? A volte un'intolleranza al latte vaccino può creare più muco... senti il tuo pediatra e magari prova un periodo con un latte alternativo (sia vegetale o animale) come, ad esempio, il latte di soia o di capra...

Ti auguro ogni bene e mi raccomando nel KIT del VOMITINO non ti scordare di includere tanto, ma tanto amore e comprensione---- tua figlia non vi vuole rovinare il viaggio. Per quanto siate stanchi di fermarvi e volete arrivare a destinazione, ricordatevi questo.

Un abbraccio!

Adri

Approfondimenti: Per leggere tutte le risposte della nostra tata e scriverle vai sul nostro [Forum](#)