家里常年备着头孢 一不舒服就吃几天

70岁阿姨最终不得不用上“王牌抗生素”

70多岁的王阿姨平常偶有尿急、尿痛，家里常年备着头孢类抗菌药物，一不舒服就吃几天，症状一缓解就停药，反反复复，她早已习以为常。直到最近尿急刺痛发作越来越频繁，她才来到宁波大学附属第一医院就诊。尿培养结果令人心头一紧——产ESBL大肠埃希菌，一种对头孢、青霉素等常用药耐药的典型耐药菌。普通消炎药彻底失效，她不得不住院接受美罗培南静脉输液，这才控制住感染。而美罗培南是临床顶级“王牌抗生素”，是医院用来对付耐药菌和多重耐药菌的最后几道防线之一。

“我可没乱吃药啊。”这是门诊里耐药菌感染患者说得最多的一句话。但宁大一院药学部朱素燕主任药师却要告诉大家：耐药的，从来不是人体，而是微生物。别人身上传过来的耐药菌，照样能感染你。



AI制图

1 为什么消炎药会“越吃越没用”

每年11月18日至24日，是“世界提高抗微生物药物耐药性认识周”。今年的主题格外醒目——“同一健康，同一行动：立即预防抗微生物药物耐药性”。

朱素燕解释，抗微生物药物是用来预防和治疗感染的一大类药，包括抗菌药、抗病毒药、抗真菌药和抗寄生虫药。当细菌、病毒、真菌或寄生虫自身发生变化，原本管用的药再也压不住它了，这就是耐药。“同样一株肺炎链球菌，以前一盒头孢、两周就能解决；如今可能要住院、升级抗菌药物、拉长疗程，能用的药一层比一层少。”朱素燕说，这就是耐药菌走进社区的真实写照。

更让人警醒的是，大肠埃希菌本身不是耐药菌，但它是最容易变异成耐药菌的常见机会致病菌。长期不规范吃消炎药，擅自停药，细菌就在一次次“围剿”中发生变异，穿上耐药的盔甲。王阿姨感染的产ESBL大肠埃希菌，正是这样一步步“炼”成的。

2 从耐药菌到“超级细菌”：普通抗生素像石子砸防弹玻璃

如果说耐药菌是穿了盔甲的敌人，那多重耐药菌就是配备了重型武器的“超级细菌”。它指的是对三类或三类以上常用抗菌药物同时耐药的细菌。普通抗生素打在它身上，就像用石子砸防弹玻璃，毫无作用。

今年，宁波一家医院收治了一例典型的多重耐药菌感染患者。该患者因病情急性加重入院，住院第6天确诊耐碳青霉烯类铜绿假单胞菌（CRPA）感染——对多种临床常用抗生素均高度耐药，救治难度极大。追溯原因，与患者长期反复使用抗生素导致气道菌群严重失衡密切相关。确诊后，医院第一时间将其转入呼吸重症隔离病房，严格强化环境消毒与手卫生管理。经过20天规范全力救治，感染终于控制，但治疗费用比普通病例多花了约7万元。

3 “同一健康”：人、动物、环境，谁也逃不掉

朱素燕说，这不是个例，而是一场正在发生的“无声大流行”。目前，细菌性耐药每年已与超过470万例死亡相关；如果维持当前趋势，不采取有效行动，2025年–2050年间细菌耐药可能导致多达3900万人死亡，并在 2035年前给全球经济造成 7.7万亿美元损失。

世界卫生组织已将“多重耐药菌”列为全球公共卫生十大威胁之一。今年WHO更新了《2026—2036年抗微生物药物耐药性全球行动计划》；我国《遏制微生物耐药国家行动计划》由13个部门联合推进——耐药防控，已经上升到国家战略的高度。

为什么今年的主题叫“同一健康”？朱素燕解释：人的健康、动物的健康、植物的健康、环境的健康，本来就是连在一起的。“我们共享同一份水、空气和食物，耐药微生物及其耐药性，能在人和动物之间、人和环境之间来回传播。”所以，耐药防控不是“别人的事”，而是同一健康，同一行动。

记者 林伟 通讯员 庞赟

扁桃体 反复发炎要不要切？

医生：沦为病灶时应果断切除

长期反复扁桃体发炎要不要切除？宁波大学附属第一医院耳鼻咽喉头颈外科张炜伟副主任医师带来权威科普：扁桃体并非“切不得”的宝贝器官，一旦从人体免疫哨兵沦为“病灶”，果断切除才是保护全身健康的最优解。术后吃冰止痛则是科学有效的术后护理方式。

扁桃体是咽喉入口的一团淋巴组织，相当于身体安在呼吸道和消化道共同入口的“免疫哨兵”。它的职责有三重：拦截病原体；识别抗原，启动免疫；建立局部免疫防线。儿童时期，免疫系统尚未成熟，扁桃体作用最强。成年后，它会慢慢萎缩，免疫贡献逐渐变小。

但很多人不知道的是，喉咙里的扁桃体并不止一对。除了我们常说的腭扁桃体，还有咽扁桃体（腺样体）、舌扁桃体，以及咽侧壁的淋巴组织，它们共同构成咽部的“免疫淋巴环”。正因为扁桃体直接接触外界病原菌，病菌容易藏在它的隐窝内，一旦感冒或抵抗力下降，就容易中招发炎。

“扁桃体不是一发炎就切，只有它从‘免疫哨兵’变成‘病灶’时，才考虑切除。”张炜伟强调，具体来看，以下五种情况需要认真考虑手术——一是反复发炎化脓；二是扁桃体肥大堵塞气道；三是局部并发症；四是全身并发症；五是长东西了。还有一个几乎所有患者最担心的问题：切了扁桃体，免疫力会崩吗？张炜伟的回答很明确：绝大多数人切除扁桃体后，抵抗力不会长期变差。

另外，术后遵医嘱吃冰淇淋是真的。张炜伟解释，扁桃体切除后，创面会形成一层白色薄膜，医学上叫“假膜”，它保护着创面。在恢复过程中，假膜会逐渐脱落，黏膜重新生长。这期间患者会有疼痛。吃冰激凌含化，能收缩血管、减轻疼痛，同时冰冷刺激有助于减少创面渗血。所以，这不是“馋了”，是正经的医嘱。当然，随着假膜自然消退，创面最终会恢复正常黏膜状态。

记者 林伟 通讯员 庞赟



AI制图

分类信息

联系人：姚老师 87682086、13884469746（微信同号）

《宁波晚报》分类广告，承接遗失、声明、公告、商务等类信息。

截稿时间：工作日当天16：00

●宁波鲁创机电安装工程有限公司遗失公章一枚，编号：3302 0610011395，声明作废。

●麦思特国际货运代理（深圳）有限公司遗失海运提单一份（三正三副），航名/航次：EVER FRONT 0802-040E，提单号码：EGLV143654004766，声明作废。

●兹有海宁豪柏进出口有限公司遗失乔达国际货运（中国）有限公司正本航运提单一式三份。船名/航次 CMA CGM PALAIS ROYAL / 0FMN6W，集装箱号 EMCU8272255，提单号 SHAS01 114951，签发日期 05-Oct-26。特此声明作废。

物业选聘公告

宁波市北仑区新碶街道惠金佳园物业选聘

报名时间：2026年11月23日—2026年11月29日16:30止

代理机构：宁波友邻信息咨询服务有限公司

咨询电话：13857400173 胡老师（微信同号）

浙东南水资源配置通道-宁波三门湾北岸配水工程环评信息公示

一、环评报告书征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书的方式和途径，公众意见表的网络链接：公众可在http://www.xiangshan.gov.cn查阅报告书和下载公众意见表，或在建设单位处查阅。**二、征求意见的公众范围：**项目评价范围内的企事业单位和个人。**三、公众提出意见的方式和途径：**评价范围内的单位或个人可通过信函、电子邮件、电话等方式向建设单位提出与环境影响评价相关的意见和建议。建设单位：象山县原水有限公司 联系人：励先生 13989307299，2064945615@qq.com。**四、公众提出意见的起止时间：**2026年11月23日至2026年12月4日（10个工作日）。

象山县原水有限公司

福彩开奖信息

双色球第2026134期
04 05 10 17 21 32 08
3D第2026312期 4 0 8
快乐8第2026312期 06 07 09 11 15 17 19 28 30 31 33 36 42 43 44 51 59 62 63 79

体彩开奖信息

7星彩第26134期 7 2 4 7 6 3 14
6+1第26134期 6 7 0 0 8 2 1
20选5第26312期 03 11 12 16 19
排列5第26312期 7 7 1 4 4

（均以公证开奖结果为准）