

# 玫瑰糠疹

## 什么是玫瑰糠疹？

玫瑰糠疹是一种皮疹，常发于年轻人，尤其多见于10至35岁之间的人。这种皮疹会出现在躯干、颈部底部，也常出现于四肢近端；呈较小的椭圆形红斑，有轻微鳞屑和轻微的凸起。斑块会在数周内持续出现，并在背部以圣诞树的形状分布。通常在约6至8周后自愈。

在皮疹爆发前的若干天，通常会出现一个较大的圆形或椭圆形斑块，直径约几厘米，斑块会逐渐呈现环状，边缘有鳞屑，称为“先驱斑”。

玫瑰糠疹通常不会引起瘙痒，但也不排除其发生的可能性，尤其是对于皮肤过敏或皮肤干燥的患者而言。

## 我们对玫瑰糠疹有何了解？

其病因不明，但我们知道它属于良性皮疹，且不会传染。

春秋两季多发，病后通常不会复发，因此被认为可能与病毒感染有关，可能涉及人类疱疹病毒6型和7型。但玫瑰糠疹不具传染性，也不被视为皮肤感染。

## 如果您患有玫瑰糠疹，您应该采取什么治疗措施？

没有针对性治疗方法，但做出正确诊断至关重要。

如果皮疹瘙痒，可口服抗组胺处方药，或在皮疹处少量涂抹低效力的皮质类固醇膏，持续使用数天。

适度的阳光照射是有益的，并会在一定程度上缩短病程，但应始终小心、以免晒伤，请使用防晒霜，并避免正午晒太阳。

此外，还可遵循防止皮肤瘙痒的一般性建议：

- 避免长时间洗澡及洗澡时水温过高。
- 保持皮肤湿润。
- 穿棉质衣物。

