

玫瑰疹症狀有什麼？寶寶傳染玫瑰疹 發燒、拉肚子怎麼照顧

7月7, 2025

玫瑰疹常見於2歲以下嬰兒，從高燒、紅疹到康復分為三階段。本文整理玫瑰疹的典型症狀、可能併發拉肚子與抽筋的情況，以及寶寶在出疹後的照顧與預防重點，幫助爸媽安心陪伴孩子度過玫瑰疹。

玫瑰疹屬於自限性疾病，不需要特別治療就能逐步緩解，出現玫瑰疹症狀後，爸爸媽媽的照顧重點，只在於觀察並舒緩嬰兒的不適狀況。

第一次面對嬰兒玫瑰疹，許多爸媽可能會手足無措：孩子發高燒、沒精神，幾天後突然出現疹子，這樣的變化往往讓人既擔心又緊張。這篇文章將帶你完整認識玫瑰疹的症狀、傳染方式、照顧方法與何時該就醫，幫助新手爸媽安心面對這段過程。

本文目錄

1. 嬰兒感染的玫瑰疹是什麼症狀
2. 玫瑰疹怎麼判斷，三大階段、併發症狀要留意
 - 爸爸媽媽的初步判斷方法
 - 玫瑰疹和其他疹子的區別方式
 - 玫瑰疹寶寶的三階段不同反應
 - 還有哪些併發症狀要留意
3. 出現玫瑰疹症狀，用6個方式照顧寶寶
 - 寶寶出現玫瑰疹的6大照顧方法
 - 5種預防玫瑰疹的注意重點
4. 玫瑰疹多久會好、玫瑰疹會留疤嗎，常見問題一次解析

玫瑰疹是什麼症狀？為什麼嬰兒會感染玫瑰疹？

玫瑰疹〔Roseola Infantum〕又稱作幼兒急疹，玫瑰疹的典型症狀，是寶寶連續幾天高燒後，且身體出現一顆一顆的玫瑰色紅疹。

寶寶連續幾天出現高燒，伴隨高燒可能出現活動力下降、食慾減低與輕微拉肚子等狀況，這時爸爸媽媽常常感到焦慮，擔心寶寶染上麻疹；但若沒有其他明顯併發症狀，且等到3至5天後燒退後身體出現紅斑、寶寶的活動力又恢復以往，這其實就是玫瑰疹最典型的症狀。

玫瑰疹是什麼？

玫瑰疹是一種由人類皰疹病毒第六型〔HHV-6〕或第七型〔HHV-7〕引起的急性病毒感染，好發於年齡6個月到2歲的嬰幼兒。感染玫瑰疹後，體內就會產生抗體，所以基本上每個人一生只會感染一次，僅在極少數情況下會有二次發作。

為什麼寶寶會感染玫瑰疹？

玫瑰疹主要經由飛沫傳染，常見感染玫瑰疹的時間點主要是寶寶開始上托嬰中心、與其他幼兒有較密切接觸後，感染風險也會隨之增加。雖然玫瑰疹症狀幾乎發生在年齡兩歲以下嬰兒，其實玫瑰疹和年齡無關，只是6到15個月大的寶寶從母體帶來的抗體逐漸減弱，而自身免疫力尚未成熟，因此在接觸中就有可能受到感染並出現玫瑰疹的症狀。



玫瑰疹症狀會在寶寶發燒並退燒後出現疹子，約一週就可康復

玫瑰疹症狀有哪些？發燒、拉肚子要看醫生嗎？

玫瑰疹症狀在寶寶被傳染後，通常分為三個階段，每一階段玫瑰疹的症狀都明確，爸爸媽媽可以簡單記住三點，透過症狀，判斷寶寶是否染上玫瑰疹：

玫瑰疹初步判斷：

- 寶寶反覆高燒持續3至5天，退燒後才出疹，出疹後活動力及精神正常。
- 通常不伴隨呼吸道症狀（咳嗽、流鼻水等）；可能會伴隨輕微腹瀉。
- 出現粉紅色小疹子，但不癢、不痛、不脫皮、不起水泡，寶寶不會一直抓、不會煩躁。
- 玫瑰疹出疹多從軀幹開始，接著可能擴散到頭、臉及脖子，四肢較少出現紅疹。

玫瑰疹和其他疾病區別差異：

- **麻疹：**出疹前有與感冒相似的症狀，包括發燒、咳嗽、結膜炎（畏光、流淚、眼睛發紅、流鼻水等），可能會出現柯氏斑（口腔白斑）；出疹位置通常由面部及頸部逐漸向下擴散到軀幹及四肢，**伴隨不適或癢感**。
- **水痘：**疹子有水泡，分布不規則，寶寶會抓癢。
- **腸病毒：**伴隨口腔潰瘍、手腳紅疹、水泡，經常嘔吐、拉肚子。

初步判斷寶寶是不是得了玫瑰疹之後，一起來看看玫瑰疹有哪些症狀：

玫瑰疹症狀第一階段：突發性高燒

- 玫瑰疹症狀的起點是突然發燒，寶寶體溫可能一下子發燒飆到39至40度，反覆3到5天高燒不退。
- 雖然發燒，但通常無出現呼吸道症狀，像是咳嗽、流鼻水等感冒的狀況。
- 發燒了但精神、食慾甚至活動力，都跟平常一樣。
- 少數寶寶在感染玫瑰疹時，可能出現輕微腹瀉、喉嚨紅腫情形。
- 因高燒而誘發熱性痙攣，導致寶寶出現抽筋一般的手腳抽動。

玫瑰疹症狀第二階段：退燒後出疹

- 寶寶退燒一天內，身體各處開始出現小紅疹。
- 痂子顏色呈現淡紅或粉紅，直徑約0.2~0.5公分，觸感略微凸起。
- 玫瑰疹出疹分布位置以軀幹、頸部為主，之後出疹可能擴散至臉部與四肢。

玫瑰疹症狀第三階段：紅疹退去、逐漸康復

- 玫瑰疹出疹後通常1到2天內，疹子會自行慢慢退去。
- 寶寶的食慾、活動力如果先前有明顯降低，此時也會恢復如常。

玫瑰疹會癢嗎？這可能是爸爸媽媽常有的提問，大多數寶寶並不會因這為玫瑰疹感到搔癢、疼痛。且多數孩子，經歷過一次玫瑰疹後就會產生抗體，並不再重複感染，家長毋須太多擔心。

有哪些併發症狀，家長要特別留意寶寶狀況？

大多數寶寶感染玫瑰疹後，不會有嚴重症狀以及後遺症，但爸爸媽媽仍需留意以下情況：

- 高燒誘發的熱性痙攣次數及頻率過高。
- 發燒期間，寶寶明顯出現嗜睡或無法進食的情形。
- 痒子出疹後卻出現膿泡、持續擴散或是其他病徵。

如果有上述狀況，很可能寶寶並不是單純感染玫瑰疹與出現相關症狀，建議爸爸媽媽盡快帶著孩子看醫生確認實際情況。

而對於臨床醫師來說，在單靠觀察部進行詳細檢查時，並不容易診斷出病毒性皮疹。若是寶寶出現的症狀不典型、或有疑似併發症的個案，醫師通常會安排進一步檢查，例如血液常規、小便分析或血液培養等病毒檢查，以排除其他較嚴重的疾病可能，避免將真正需要積極治療的病症，誤認為只是玫瑰疹。爸爸媽媽若對寶寶皮疹感到不確定，也建議就醫讓醫師檢查並進行專業判斷。



出現了疑似症狀，可以從3大狀況判斷寶寶是否感染玫瑰疹

玫瑰疹症狀出現後，如何照顧寶寶？

玫瑰疹症狀出現後，最好的照顧方法就是讓寶寶留在家中休息，在寶寶抵抗力比較弱的時候，避免回到托嬰中心接觸其他嬰兒，也不建議帶寶寶出門。玫瑰疹屬於自限性疾病，是指玫瑰疹不需要特別治療，就能逐步緩解的疾病。爸爸媽媽的照顧重點，只在於觀察並舒緩寶寶的不適狀況。

玫瑰疹寶寶的照顧方式

當寶寶因為玫瑰疹發燒時，可讓寶寶多喝水、休息，並依照醫師建議使用退燒藥，若嬰兒仍有活力，則不用強制壓低體溫，有爸爸媽媽隨時在旁陪伴孩子，也不必過度緊張焦慮。這裡分享幾個玫瑰疹寶寶照顧的重點讓爸爸媽媽做為參考：

1. 衣物可依嬰兒身體狀況調整：

會冷就多穿，寶寶熱了流汗就幫他脫衣服，不宜穿太多，更不用刻意逼汗。

2. 保持活動空間通風：

出現玫瑰疹症狀的一般情況下，寶寶並不會大幅降低活動力，建議讓寶寶不論活動、休息時都是舒服狀態。

3. 退燒藥需要經醫師同意再做使用：

除非持續高燒造成寶寶不適，否則不建議一發燒就讓寶寶吃退燒藥，盡量諮詢過醫師建議。

4. 觀察嬰兒狀況：

高燒超過五天期間頻繁重複抽搐或其他異常症狀(嚴重嘔吐或腹瀉、活動力或食慾降低)，應就醫評估。

5. 不要使用酒精擦身體：

坊間流傳用酒精幫嬰兒擦身體可以快速降溫，但其實對寶寶降低中心溫度並無特別幫助，體溫主要仍來自玫瑰疹引起的高燒；照顧應以適當補水來緩解症狀。

6. 適時補充水分：

玫瑰疹引起發燒時，寶寶容易流汗、體溫偏高，建議可依寶寶的年齡與狀況，多讓寶寶補充水分，幫助維持身體舒適與活力。日常觀察寶寶尿量與嘴唇濕潤程度，也有助掌握水分是否補得足夠。

玫瑰疹有預防方法嗎？

目前尚無針對玫瑰疹的疫苗，且寶寶得過一次玫瑰疹後，多數都會免疫，因此預防玫瑰疹的重點是降低家中或是出門後傳染機率、增強寶寶自身免疫力。

爸媽可以從日常生活中做起：

1. 養成全家勤洗手的習慣：

特別是出門回來、如廁後等時機，接觸公共設施如門把、扶手後也要確實使用洗手乳並擦乾後，才接觸寶寶。

2. **避免讓寶寶接觸有呼吸道症狀的大人或小孩：**
包括有咳嗽、流鼻水等呼吸道症狀的大人與小孩。即便大人沒有症狀，也可能是玫瑰疹的帶原者。
3. **保持室內空氣流通與環境清潔：**
定期開窗通風，並清潔居家環境，尤其是寶寶經常接觸的區域。
4. **加強居家物品的消毒頻率：**
像是玩具、餐具、手把、桌面等經常使用的物品，建議定期消毒，降低間接傳染風險。
5. **均衡飲食與規律作息：**
抵抗力就是寶寶的第一道防線，均衡攝取營養、多喝水，讓寶寶在日常中自然增強身體保護力。

玫瑰疹症狀的常見問題 QA 整理

Q1 玫瑰疹多久會好？

玫瑰疹症狀出現發燒階段後，通常持續3到5天會退燒，接著孩子會因玫瑰疹身上開始出現紅疹，這些疹子約3天會自然消退，整體病程大約5到7天。多數孩子不需特別治療，只要觀察症狀與提供基本照顧即可。玫瑰疹感染後通常會產生抗體，之後很少再感染第二次。

Q2 玫瑰疹會傳染嗎？

玫瑰疹是會傳染的病毒性疾病，主要透過飛沫傳播。傳染力最高的時期是在發燒初期，但因為此時尚未出現紅疹，常常讓人難以察覺。等到玫瑰疹退燒出疹時，傳染力通常已降低許多。因此，當孩子感染玫瑰疹時，應避免和其他小朋友密切接觸，降低傳染的風險。

Q3 玫瑰疹有流行的好發季節嗎？

玫瑰疹一年四季皆可能感染，但春季與秋季是爸爸媽媽更常帶孩子出門的季節，因此也是感染玫瑰疹較為高峰的時期。玫瑰疹的病毒潛伏期大約是5到15天，且過程沒有明顯症狀，但仍具有傳染力，因此常常帶出門的孩子，在不知不覺間就可能被傳染到玫瑰疹。

Q4 玫瑰疹感染後孩子可以出門嗎？

在發燒期間孩子具傳染力，不建議出門。等到退燒、出疹且活動力正常後，才可短時間外出透氣。不過仍應避免帶孩子進入密閉、人多的空間，以降低將病毒傳染給其他嬰兒的風險。

Q5 玫瑰疹會癢嗎？

玫瑰疹的紅疹看起來密集，但大多不癢、不痛，也不會脫皮。孩子通常也不會因為玫瑰疹而趕到不舒服、情緒煩躁等，爸爸媽媽不必太過擔心。

Q 玫瑰疹長在寶寶臉上，會留下疤痕嗎？

玫瑰疹的紅疹通常從軀幹開始，接著擴散到脖子與臉部，有時寶寶的四肢也會出現玫瑰疹。這些紅疹摸起來略凸，顏色為淡粉紅或玫瑰色，但約在1到2天會自然退去，且不會在寶寶身上留下疤痕。

Q 大人會感染玫瑰疹嗎？

大人多半在幼年時已感染過玫瑰疹，且康復後體內已有抗體，若免疫正常，大人再感染玫瑰疹的機率非常低。

面對寶寶出現玫瑰疹症狀，爸爸媽媽最需要的，其實不是能夠立即治好寶寶特效藥，而是知道玫瑰疹是什麼、玫瑰疹的症狀有哪些，並且**心陪伴孩子，在出現玫瑰疹症狀時，讓寶寶可以更舒服的休息與活動**。出現玫瑰疹時，或許會擔心與焦慮，但這是大多數孩子會經歷的一段過程，不必責怪自己沒有做好預防玫瑰疹的措施，孩子自然會在身體建立免疫力的同時，一天天恢復健康。

重點摘要：

- 玫瑰疹通常發生在6個月至2歲嬰兒身上，經由飛沫傳染。雖然無疫苗可打，但只要加強日常防護，就能有效降低感染風險。
- 玫瑰疹症狀分三階段：高燒、出疹不癢、退疹不留疤，是感染玫瑰疹後的嬰兒會經歷的過程。爸爸媽媽認清症狀、正確照顧，就能陪伴嬰兒安心度過。
- 玫瑰疹發燒期間不建議出門，退燒後可短暫外出。紅疹多從身體擴散到臉部，幾天內會自然退去，不會留下疤痕。
- 感染玫瑰疹的嬰兒可能會有輕微拉肚子或痙攣抽筋，這些多屬正常反應。爸媽只要冷靜觀察、適時就醫，就可安全度過。
- 玫瑰疹症狀出現發燒階段後，通常持續3到5天會退燒，接著玫瑰疹出疹，孩子身上出現紅疹，這些疹子約3天會自然消退，整體病程大約5到7天。

參考：

- Roseola(link)
- Roseola : Diagnosis & Treatment(link)
- Roseola (for Parents)(link)



—Wyeth® 惠氏®—
母嬰專家

媽咪迎新禮

立即免費領取

This advertisement for Wyeth Baby Expert features a woman smiling while holding a baby. Two gold gift boxes with bows are shown in the foreground. The text '媽咪迎新禮' (Mother's Welcome Gift) is displayed prominently in blue, and '立即免費領取' (Free gift available now) is in white. The Wyeth Baby Expert logo is in the top left corner.