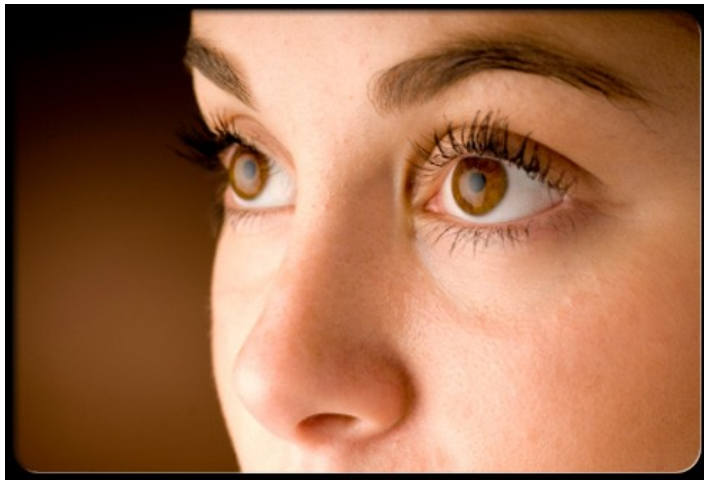
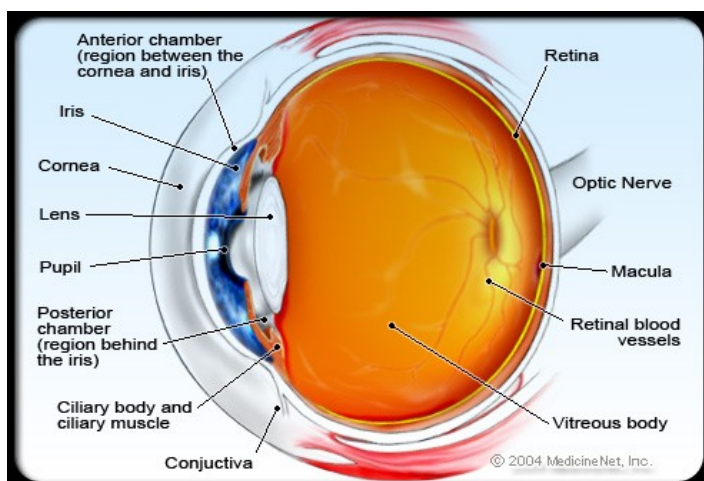


Mata: kenali kondisi umum sakit Mata



Banyak orang Amerika mengabaikan tanda-tanda dan kondisi-kondisi sakit mata.

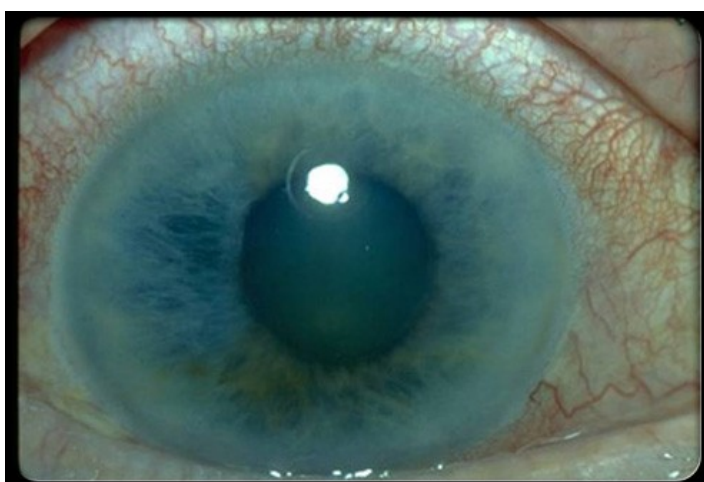
Sebuah survei terbaru dari 1.000 orang dewasa menunjukkan bahwa hampir setengahnya (47%) lebih khawatir tentang kehilangan pandangan mereka daripada tentang kehilangan memori mereka dan kemampuan mereka untuk berjalan atau mendengar. Tapi hampir 30% mengindikasikan bahwa mereka tidak memeriksakan mata mereka. Banyak orang Amerika tidak menyadari tanda-tanda peringatan penyakit mata dan kondisi yang dapat menyebabkan kerusakan dan kebutaan jika tidak terdeteksi dan diobati segera. Mari kita lihat beberapa kondisi penyakit mata yang paling umum.



Anatomi dari mata

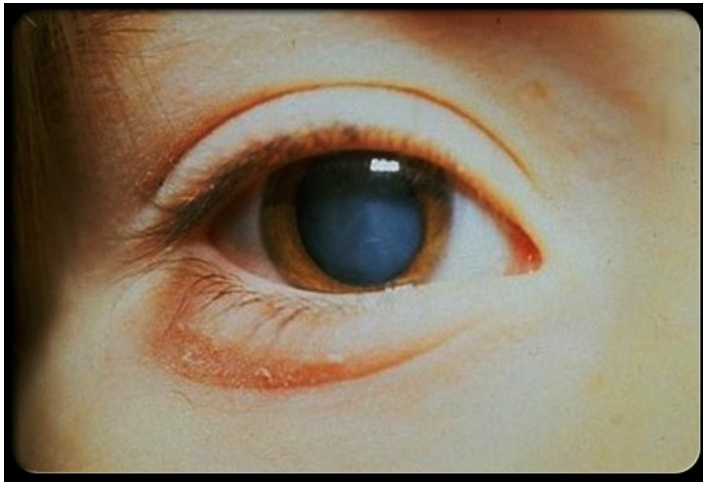
Mata terdiri dr banyak komponen. Saat Anda melanjutkan *slideshow*, Anda dapat menggunakan ilustrasi ini untuk referensi struktur utama dan anatomi mata.

- **Kornea:** jendela dari mata yang mentransmisikan dan memfokuskan cahaya ke dalam mata
- **Iris:** bagian berwarna dari mata yang membantu mengatur jumlah cahaya yang masuk
- **Pupil:** lubang lensa gelap di iris yang memungkinkan cahaya untuk masuk ke belakang mata
- **Lensa:** struktur transparan di dalam mata yang memfokuskan sinar cahaya ke retina
- **Retina:** lapisan saraf yang melapisi bagian belakang mata, indra cahaya, mengalami perubahan kimia yang kompleks, dan menciptakan impuls listrik yang berjalan melalui saraf optik ke otak
- **Makula:** pusat kecil di daerah dalam retina yang mengandung cahaya khusus di sel-sel peka dan memungkinkan kita untuk melihat rincian halus jelas
- **Saraf optik:** menghubungkan mata ke otak dan membawa impuls listrik yang dibentuk oleh retina ke korteks visual otak
- **Vitreous:** bening, substansi seperti *jelly* yang mengisi bagian tengah mata



Glaukoma

Glaukoma (pencuri menyelip dari pandangan) mengacu pada sekelompok penyakit mata yang mempengaruhi saraf optik dan dapat menyebabkan hilangnya penglihatan. Kerusakan saraf optik pada glaukoma terutama disebabkan peningkatan tekanan intra-okular (TIO) dalam mata. Glaukoma diklasifikasikan baik sebagai sudut terbuka (kondisi kronis lebih umum yang biasanya tidak nyeri) atau sudut-penutupan glaukoma (jenis yang lebih tidak biasa yang sering terjadi tiba-tiba [akut] dan berhubungan dengan nyeri dan kemerahan pada mata). Para lansia, Afrika-Amerika, dan orang-orang dengan sejarah keluarga penyakit berada pada resiko terbesar. Tidak ada gejala pada tahap awal, dan pada saat pasien ada perubahan visi, hilangnya penglihatan akibat glaukoma hanya dapat dihentikan, tidak terbalik. Glaukoma biasanya diobati dengan obat tetes mata, meskipun laser dan operasi juga dapat digunakan. Kebanyakan kasus dapat dikontrol dengan baik dengan perawatan ini, sehingga mencegah kehilangan penglihatan lebih lanjut. Diagnosis dini dan pengobatan adalah kunci untuk memelihara penglihatan pada orang dengan glaukoma.



Katarak

Katarak adalah suatu kondisi menyakitkan di mana lensa berukuran asprin biasanya jelas dari mata mulai menjadi berawan. Hasilnya adalah banyak seperti minyak mengolesi atas lensa kamera, yang mengganggu penglihatan normal. **Penyebab katarak meliputi obat kortison, trauma, diabetes, dan penuaan.** Bahkan, katarak akan mempengaruhi kebanyakan orang jika mereka tinggal cukup lama. Diagnosis dapat dibuat ketika dokter memeriksa mata dengan alat khusus. Gejala katarak dini dapat diperbaiki dengan kacamata baru, pencahayaan terang, kacamata hitam *antiglare*, atau lensa pembesar. Jika tindakan ini tidak membantu, pengangkatan lensa keruh dan menggantinya dengan lensa buatan adalah pengobatan efektif. Penghapusan hanya diperlukan ketika kehilangan penglihatan mengganggu kegiatan sehari-hari Anda, seperti mengemudi, membaca, atau menonton TV. Anda dan perawatan mata profesional Anda dapat mendiskusikan operasi, dan setelah Anda memahami manfaat dan resiko, Anda dapat membuat keputusan tentang apakah operasi katarak yang tepat bagi Anda. Dalam kebanyakan kasus, menunda operasi katarak tidak akan menyebabkan kerusakan jangka panjang untuk mata Anda atau membuat operasi lebih sulit.



Degenerasi Makula karena usia

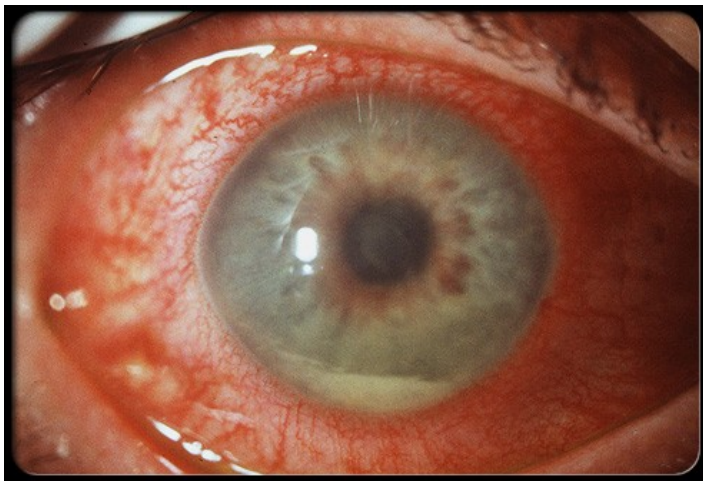
Age-Related Macular Degeneration (AMD)

Umur degenerasi makula merupakan penyakit mata yang terjadi biasanya setelah usia 60 tahun yang semakin menghancurkan makula, bagian tengah retina, merusak penglihatan sentral. Ini jarang menyebabkan kebutaan karena hanya pusat penglihatan terpengaruh. Ada dua jenis AMD - basah dan kering - baik yang menyebabkan rasa sakit. Di AMD basah, pembuluh darah abnormal di belakang retina mulai tumbuh dibawah makula dan menyebabkan kebocoran darah serta cairan, menyebabkan hilangnya penglihatan sentral, yang mungkin dapat terjadi dengan cepat. Perawatan termasuk operasi laser, terapi photodynamic, dan suntikan ke dalam mata. Tak satu pun dari ini akan menyembuhkan penyakit dan kehilangan penglihatan masih dapat berlanjut. Pada AMD kering, peka cahaya sel di dalam makula perlahan memecah, menyebabkan penglihatan sentral berkurang dari waktu ke waktu. Tahap awal AMD kering dapat diobati dengan dosis tinggi formulasi antioksidan dan seng, yang dapat menunda dan mungkin mencegah AMD dari maju ke tahap lebih maju. Setelah di stadium lanjut, tidak ada bentuk pengobatan dapat mengembalikan kehilangan penglihatan.



Bacterial Conjunctivitis (Mata Merah / Pink Eye)

Penyakit mata yang menular, atau konjungtivitis, adalah warna kemerahan dan radang pada selaput (konjungtiva) menutupi bagian putih mata dan membran pada bagian dalam kelopak mata. Penyakit mata yg menular Istilah ini paling umum digunakan untuk merujuk pada jenis infeksi (virus atau bakteri) konjungtivitis, tetapi juga dapat disebabkan oleh reaksi alergi atau iritasi kimia seperti polusi udara, asap, atau uap berbahaya. Sering terjadi pada anak-anak dan sangat menular. Anak-anak dan orang dewasa yang mengembangkan penyakit mata yg menular harus ke dokter untuk menentukan apakah pengobatan antibiotik diperlukan. Sebagian besar kasus infeksi disebabkan oleh virus dan tidak akan merespon terhadap antibiotik. Dalam hal ini, debit dari mata jelas dan berair dan gejala pilek dapat hadir. Infeksi virus terakhir dari tujuh sampai 10 hari. Pada penyakit mata yg menular bakteri umumnya menghasilkan sejumlah besar cairan yang berwarna hijau ke kuning. Debit ini dapat menumpuk di malam hari dan membuat mata sulit membuka di pagi hari. Penyakit mata yg menular bakteri biasanya berlangsung 3-5 hari dan memerlukan obat tetes mata antibiotik untuk membantu tubuh menghilangkan infeksi bakteri. Aplikasi waslap hangat untuk area mata juga efektif. Untuk mengurangi kemungkinan penyebaran penyakit mata yg menular, mereka harus menghindari menyentuh daerah mata dan mencuci tangan mereka sering, terutama sebelum menerapkan obat ke daerah mata. Berbagi handuk, waslap, kosmetik, atau obat tetes mata juga dapat menyebarkan infeksi.



Uveitis

Uveitis (diucapkan: You-vee-EYE-tis) didefinisikan sebagai semua proses peradangan dari lapisan-lapisan tengah mata, juga disebut saluran uveal atau Uvea. Uvea adalah sangat penting karena banyak nya pembuluh darah dan arteri mengangkut darah ke bagian-bagian mata yang adalah kritis untuk penglihatan. Gejala dan tanda-tanda uveitis mungkin termasuk kemerahan dan iritasi mata, penglihatan kabur, sakit mata, peningkatan sensitivitas terhadap cahaya, dan titik yang mengambang. Penyebab potensial termasuk infeksi dengan virus, jamur, bakteri atau parasit, penyakit peradangan yang mempengaruhi bagian lain dari tubuh, atau luka pada mata. Karena uveitis adalah serius, perawatan perlu dimulai segera. Untuk uveitis tidak disebabkan oleh infeksi, dokter mata anda mungkin meresepkan obat tetes mata yang mengandung steroid untuk mengurangi pembengkakan dan obat-obatan untuk menghilangkan rasa sakit. Antibiotik digunakan pada pasien dengan uveitis yang infeksius. Kacamata hitam akan membantu dengan sensitivitas cahaya.



Alergi Mata

Parah gejala mata alergi bisa sangat menyedihkan dan merupakan alasan umum untuk kunjungan ke ahli alergi atau dokter mata. Kadang-kadang, alergi mata parah menyebabkan kerusakan serius yang dapat mengancam penglihatan. Alergi mata biasanya berhubungan dengan kondisi alergi lainnya, terutama hay fever (alergi rintis) dan eksim atopik (dermatitis). Obat-obatan dan kosmetik juga dapat memainkan peran penting dalam menyebabkan alergi mata. Kebanyakan orang dengan alergi mata mengobati diri mereka sendiri dengan produk OTC seperti tetes mata serta antihistamin dan dekongestan. Jika obat tidak bekerja atau jika ada mata nyeri, kemerahan yang ekstrim, atau cairan berat, Anda harus mencari saran medis.



Sty (Stye)

Sebuah benjolan yang lembut, merah dan menyakitkan terletak di dasar bulu mata atau di dalam kelopak mata. Sebuah hasil benjolan dari infeksi akut pada kelenjar minyak kelopak mata yang terjadi setelah ini kelenjar menjadi tersumbat. Benjolan juga dapat timbul dari folikel rambut yang terinfeksi di dasar bulu mata. Gejala termasuk kemerahan, nyeri, dan nyeri di daerah yang terkena. Mata mungkin merasa lengket atau "gatal." Kemudian gejala-gejala dapat meliputi pembengkakan, rasa sakit pada saat berkedip, air mata, dan sensitivitas cahaya. Sebuah tanda umum dari benjolan adalah tempat yang kecil, kekuningan di tengah benjolan yang berkembang sebagai nanah memperluas di daerah tersebut. Orang-orang dari segala usia dan kedua jenis kelamin dapat terkena penyakit ini. Aplikasi kompres hangat atau kain lap ke daerah yang terkena selama 10 menit, 4-6 kali sehari, dapat mempercepat pecahnya benjolan dan membantu dalam menghilangkan gejala. Benjolan tidak harus ditekan atau diperas untuk memfasilitasi drainase. Jika penyakit berlangsung selama beberapa hari, dokter mungkin menusuk (*drain*) infeksi di bawah pembiusan lokal.



Keratoconus

Kami melihat melalui kornea, yang merupakan bagian, yang jelas tengah dari permukaan depan mata. Biasanya, kornea memiliki bentuk bulat, seperti bola ping-pong. Kadang-kadang, bagaimanapun, struktur kornea hanya tidak cukup kuat untuk menahannya berbentuk bulat. Tekanan normal di dalam mata membuat tonjolan kornea luar seperti kerucut, menyebabkan visi terdistorsi. Kondisi ini disebut keratoconus. Seringkali penyebab keratoconus tidak diketahui. Penyakit ini biasanya tidak menyebabkan kebutaan. Namun, perubahan kornea akan membuat mustahil bagi mata untuk fokus baik bahkan dengan kacamata atau lensa kontak lunak. Lensa kontak kaku atau transplantasi kornea mungkin diperlukan untuk memberikan penglihatan yang baik.



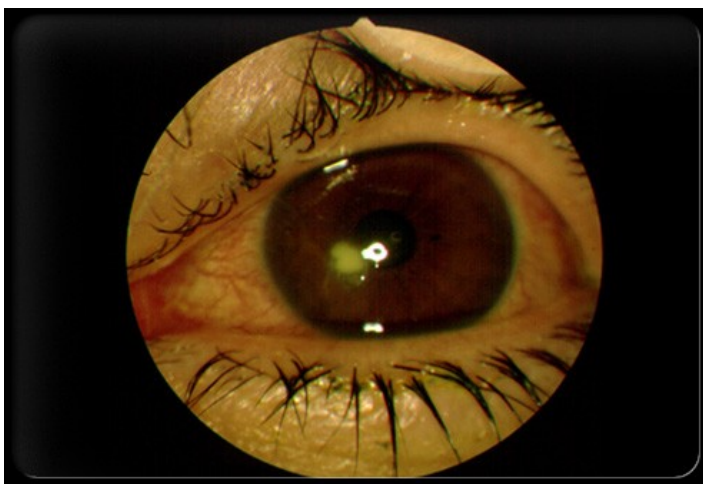
Blepharitis

Blepharitis adalah peradangan pada kelopak mata dan terjadi dalam dua bentuk, anterior (di luar kelopak mata) dan posterior (didalam kelopak mata). Kedua jenis blepharitis dapat menyebabkan sensasi tubuh terbakar, gatal, kelopak mata kepekaan terhadap cahaya, merah dan bengkak, kemerahan mata, penglihatan kabur, air berbusa, mata kering, mengelupas di dasar bulu mata, atau pengerasan kulit dari bulu mata ketika bangun. Penyebab umum untuk blepharitis anterior adalah bakteri (*Staphylococcus*) dan ketombe kulit kepala, sementara bentuk posterior disebabkan oleh masalah dengan kelenjar minyak di kelopak mata. Pengobatan untuk kedua bentuk melibatkan dengan kelopak mata tetap bersih dan bebas dari kerak. Kompres hangat harus diterapkan untuk melonggarkan kerak, diikuti oleh menggosok ringan dengan kapas dan campuran air dan sampo bayi. Karena blepharitis jarang pergi sepenuhnya, sebagian besar pasien harus menjaga kebersihan rutin kelopak mata untuk kehidupan. Jika blepharitis sangat parah, perawatan mata profesional juga dapat meresepkan antibiotik atau obat tetes mata steroid.



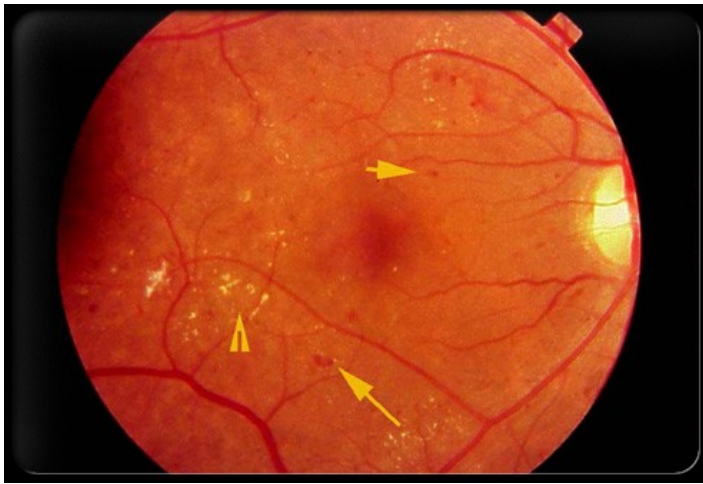
Chalazion (Eyelid Cyst)

Chalazion adalah benjolan kecil dari kelopak mata atas atau bawah yang disebabkan oleh peradangan dari kelenjar tutupnya. Ini mungkin lembut dan berisi cairan atau lebih kencang. Chalazion juga disebut sebagai kista meibomian, kista tarsal, atau granuloma konjungtiva. Pembukaan yang sempit dimana kelenjar meibomian mengeluarkan material dapat menjadi tersumbat dari penyempitan pembukaan atau pengerasan cairan *sebaceous* dekat pembukaan. Jika hal ini terjadi, kelenjar akan memiliki cadangan bahan itu mengeluarkan dan itu akan membengkak. Chalazions Kebanyakan diobati dengan kompres hangat untuk kelopak mata untuk pelancaran dan sirkulasi darah ke daerah yang meradang. Dokter mungkin meresepkan penurunan atau salep antibiotik untuk digunakan segera setelah kompres. Jika chalazion terus berlanjut dan menyebabkan benjolan, dapat diangkat melalui pembedahan melalui bagian dalam tutupnya.



Corneal Ulcer

Ulkus kornea Kebanyakan disebabkan oleh infeksi dan dapat disebabkan bakteri (umum pada orang yang memakai lensa kontak), virus (virus herpes simpleks dan virus varicella), atau jamur (perawatan yang tidak tepat lensa kontak atau terlalu sering menggunakan obat tetes mata yang mengandung steroid). Gejala meliputi mata merah, nyeri, merasa seperti ada sesuatu yang di mata, robek, nanah / tebal debit, pandangan kabur, nyeri dari lampu terang, kelopak mata bengkak, atau tempat bulat putih atau abu-abu pada kornea. Mengobati sendiri terdiri dari melepas lensa kontak, menerapkan kompres dingin pada mata yang terkena, mencuci tangan sering, dan obat sakit OTC seperti Tylenol atau Motrin. Siapapun dengan ulkus kornea harus dilihat langsung oleh seorang dokter mata, yang akan melakukan pengujian dan paling mungkin meresepkan obat tetes mata antibiotik dan lainnya. Jika ulkus berlanjut atau memburuk, prosedur pembedahan yang dikenal sebagai transplantasi kornea dapat dilakukan.



Retinopati diabetes

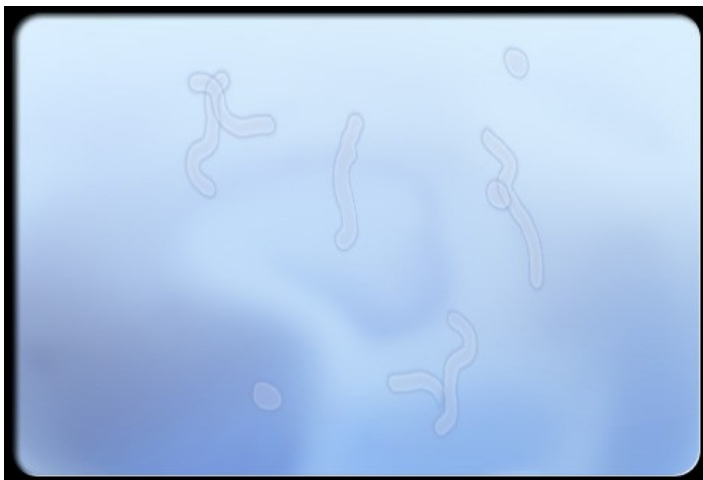
Retinopati diabetes, komplikasi umum dari diabetes, mempengaruhi pembuluh darah di retina (selaput peka cahaya tipis yang menutupi bagian belakang mata). Hal ini karena retina tidak menerima cukup oksigen. Jika tidak diobati, mungkin menyebabkan kebutaan. Jika didiagnosis dan diobati segera, kebutaan biasanya dicegah. Ada dua jenis: retinopati proliferasif dan nonproliferasif.

Retinopati Nonproliferasif adalah jenis yang kurang parah di mana ada perdarahan di retina dan kebocoran darah atau serum menyebabkan "retina basah." Sebagai konsekuensi mungkin akan berkurang. Retinopati proliferasif adalah jenis yang lebih parah dari retinopati diabetes. Mata mengembangkan pembuluh yang abnormal yang rapuh pada permukaan retina dan dapat tumbuh menuju pusat mata. Aliran ini sering berdarah ke vitreous (jelly yang jelas di tengah mata). Episode perdarahan tsb menyebabkan masalah visual yang parah. Pengobatan dgn operasi laser atau operasi pada *vitreous*. Teknik ini dapat memperlambat perkembangan retinopati diabetes dan kadang-kadang akan mengembalikan kerugian visual. Namun, kerusakan dapat permanen. *Diabetic retinopathy* sering dapat dicegah dengan modifikasi gaya hidup, termasuk penurunan berat badan, perubahan pola makan, dan olahraga. Selain itu, kontrol yang lebih baik dari gula darah tinggi menurunkan kejadian dan perkembangan retinopati diabetes.



Juling

Strabismus, juga dikenal sebagai mata juling, adalah suatu kondisi di mana mata tidak melihat ke arah obyek bersama-sama. Salah satu mata mungkin terlihat masuk atau keluar atau muncul atau bawah. Bahaya juling pada anak-anak muda adalah bahwa otak mungkin datang untuk lebih mengandalkan satu mata daripada yang lain dan mata yang lain gagal untuk mengembangkan hubungannya dengan otak benar, yang mengarah ke visi menurun (*amblyopia*) di mata itu. Perlakuan klasik untuk strabismus ringan sampai moderat telah lama penutup mata menutupi mata kuat, yang memaksa mata yang lebih lemah untuk melakukan cukup bekerja untuk mengejar ketinggalan. Strabismus berat mungkin memerlukan operasi.



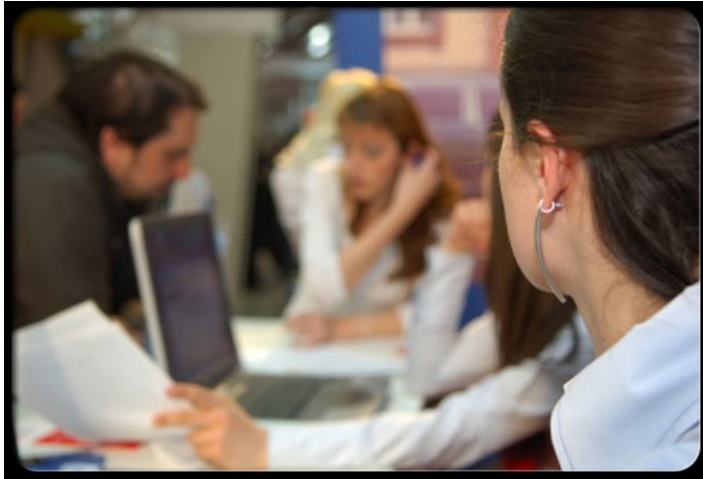
Floaters

"Floaters Eye" adalah simpanan atau kondensasi dalam jeli vitreous mata. Orang menggunakan mata floaters istilah untuk penggambaran bintik-mengambang dalam visi mereka ketika mereka melihat-lihat. Orang menggambarkan floaters mata sebagai bintik-bintik, garis lurus dan melengkung, string, atau "O" atau "C" berbentuk gumpalan. Beberapa orang melihat floater tunggal sementara yang lain mungkin berpikir mereka melihat ratusan. Floaters dapat hadir dalam satu atau kedua mata. Mayoritas mata floaters disebabkan oleh perubahan penuaan normal dalam mata. Namun, orang mengembangkan gejala floaters mata harus diperiksa oleh seorang dokter mata untuk memastikan bahwa tidak ada mata terkait kelainan yang memerlukan pengobatan. Sebagian besar floaters akan memudar dari waktu ke waktu dan menjadi kurang mengganggu atau terlihat. Produk herbal, vitamin, dan yodium efektif dalam mengurangi floaters mata. Namun, tidak satupun dari ini telah terbukti efektif dalam uji klinis.



Hyperopia (rabun dekat)

Sekitar satu dari empat orang di AS telah hyperopia atau rabun dekat, di mana orang mengalami kesulitan fokus pada objek dekat. Terjadinya hyperopia meningkat dengan umur, setidaknya setengah dari semua orang di atas usia 65 memiliki beberapa tingkat rabun dekat. Kondisi ini terjadi ketika cahaya yang memasuki mata berfokus di belakang retina bukan langsung di atasnya. Sebuah kornea normal datar atau mata pendek bisa menyebabkan cahaya yang akan difokuskan dalam mode ini. Untuk memperbaiki hyperopia Anda harus mengubah cara menekuk sinar cahaya ketika memasuki mata Anda. Kacamata lensa kontak, atau operasi bias semua dapat digunakan untuk mengoreksi rabun dekat.



Myopia (rabun jauh)

Rabun jauh mempengaruhi 20% -30% dari populasi, tapi gangguan mata ini bisa dikoreksi dengan kacamata, lensa kontak, atau operasi. Orang yang memiliki miopia atau rabun jauh memiliki kesulitan melihat obyek yang jauh tetapi dapat melihat objek yang dekat dengan jelas. Pada orang dengan myopia, bola mata terlalu panjang atau kornea memiliki kelengkungan terlalu banyak, sehingga cahaya yang memasuki mata tidak terfokus dengan benar. Sinar cahaya gambar fokus di depan retina, bagian peka cahaya dari mata, bukan langsung pada retina, menyebabkan penglihatan kabur di kejauhan.

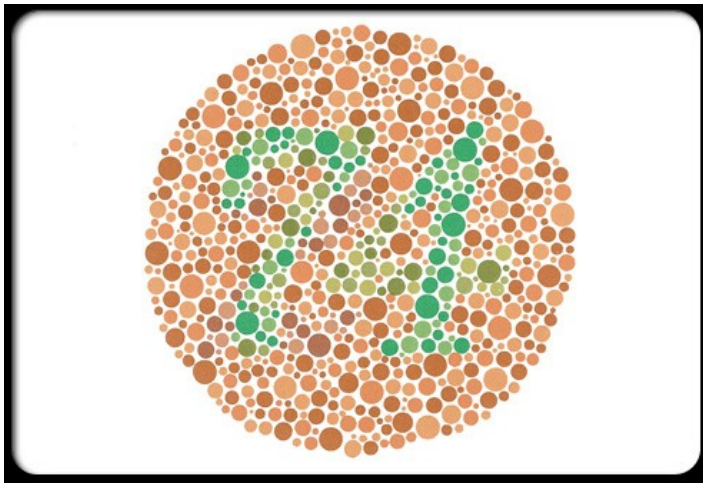


Astigmatism (Silindris)

Silindris adalah bentuk umum gangguan penglihatan di mana gambar adalah kabur karena ketidakraturan dalam suatu lengkungan dari permukaan depan mata, kornea. Dalam Silindris, kurva kornea berbentuk lebih seperti sepak bola Amerika daripada bola basket yang normal. Silindris terjadi pada hampir semua orang untuk beberapa derajat. Silindris bisa turun temurun dan sering hadir pada saat lahir. Hal ini juga dapat hasil dari tekanan dari kelopak mata pada kornea. Hampir semua derajat Silindris dapat dikoreksi dengan kacamata atau resep lensa kontak. Untuk orang dengan hanya tingkat sedikit Silindris, lensa korektif mungkin tidak diperlukan sama sekali, asalkan kondisi lain seperti rabun jauh atau rabun dekat yang tidak hadir. Metode lain untuk mengoreksi astigmatisme adalah dengan mengubah bentuk kornea melalui operasi laser mata bias.

Buta Warna

Ketika kita melihat warna yang berbeda, kita mengetahui dalam perbedaan cahaya yang mencapai mata kita. Cara kita melihat warna yang berbeda adalah sesuatu seperti cara kita mendengar suara yang berbeda sebagai rendah atau tinggi. Warna pelangi setiap selalu muncul di urutan yang sama: merah, oranye, kuning, hijau, biru, nila, dan ungu. Warna-warna yang berbeda di setiap bagian pelangi sesuai dengan panjang gelombang cahaya yang berbeda. Buta warna hasil dari tidak adanya atau kerusakan tertentu warna sel-sel peka di retina. Retina adalah lapisan saraf di belakang mata yang mengubah cahaya menjadi sinyal saraf yang dikirim ke otak. Seseorang dengan buta warna memiliki kesulitan melihat lampu merah, hijau, biru, atau campuran dari warna-warna. Masalah warna Kebanyakan visi diwariskan (genetik) dan hadir pada saat lahir. Masalah warna lain penglihatan disebabkan oleh penuaan, cedera penyakit, mata (diakuisisi masalah penglihatan warna), masalah saraf optik, atau efek samping dari beberapa obat. Tes digunakan untuk mengukur kemampuan untuk mengenali warna yang berbeda dengan tes yang paling umum adalah tes plat *pseudoisochromatic* (juga dikenal sebagai **uji warna Ishihara**). Jenis masalah penglihatan warna Anda sering dapat ditentukan oleh pola yang Anda bisa dan tidak bisa melihat di berbagai piring yang digunakan untuk ujian. Masalah warna mewarisi visi tidak dapat diobati atau diperbaiki. Beberapa masalah warna diperoleh visi bisa diobati, tergantung pada penyebabnya.



Pemeriksaan Kesehatan Mata

Kesehatan mata yang baik dan perawatan mata adalah penting untuk ketajaman pandangan. Jadilah proaktif dalam kesehatan mata Anda dengan mengambil peran dalam menjaga dan melindungi penglihatan Anda, menghindari cedera mata, mencegah gangguan mata umum, dan mengobati masalah awal. Perawatan mata profesional, termasuk dokter mata (dokter medis yang mengkhususkan diri dalam penyakit dan bedah mata) dan dokter mata menyarankan semua orang bahwa orang-orang yang memiliki gejala penyakit mata memeriksakan diri mereka. Pada orang yang tidak memiliki gejala, dianjurkan agar orang berusia lebih dari 40 tahun memeriksakan mata setiap dua tahun dan usia lebih dari 60 tahun orang memeriksakan mata setiap tahun.



Sumber: http://www.medicinenet.com/eye_diseases_pictures_slideshow/article.htm

diterjemahkan oleh: Indra P.

diedit oleh: Syahu S.