

Dry Eye Syndrome (Sindroma Mata Kering)

Contributed by dr.Rozalina L.Zulkarnain, Sp.M
Last Updated Jumat, 24 April 2009

Lapisan air mata adalah salah satu komponen yang penting untuk memiliki penglihatan yang tajam. Lapisan ini terjadi oleh gerakan berkedip dari kelopak mata yang menjadikan permukaan mata menjadi licin dan penglihatan jernih.

Lapisan air mata sendiri terdiri dari tiga lapisan, yaitu

1. Lapisan lipid (lemak), yang dihasilkan oleh kelenjar-kelenjar kecil di pinggiran kelopak mata (kelenjar Meibom). Lapisan ini berfungsi melicinkan permukaan mata dan mengurangi kemungkinan penguapan pada permukaan mata.

(gambaran lapisan air mata- diambil dari [www. blisseye.com](http://www.blisseye.com))

2. Lapisan Aqueos (air), yang dihasilkan oleh kelenjar – kelenjar kecil yang tersebar diseluruh selaput mata (konjungtiva) dan juga dihasilkan oleh kelenjar air mata (kelenjar lakrimal). Fungsi dari lapisan ini ialah untuk membersihkan mata dan mengeluarkan benda asing.

3. Lapisan Mucin (lendir), yang dihasilkan oleh sel goblet di konjungtiva. Fungsi dari lapisan ini adalah menyebarkan air mata secara merata pada mata. Lapisan air mata ini adalah pelumas bagi mata kita, dengan adanya lapisan air mata, permukaan mata menjadi licin dan menghasilkan penglihatan yang tajam.

Sindroma Mata Kering (Dry Eye Syndrome) ialah suatu gangguan pada permukaan mata yang ditandai dengan ketidakstabilan produksi dan fungsi dari lapisan air mata. Angka kejadian Sindroma Mata Kering ini lebih banyak pada wanita dan cenderung meningkat sesuai dengan peningkatan usia.

Peningkatan angka terjadinya Sindroma Mata Kering ini ialah disebabkan oleh adanya peningkatan angka harapan hidup dari populasi, peningkatan polusi, penggunaan obat-obatan tertentu seperti obat alergi dan obat hipertensi, peningkatan pengguna lensa kontak dan peningkatan penggunaan komputer.

Sindroma Mata Kering dapat pula terjadi berkaitan dengan penyakit sendi (arthritis), yaitu penyakit Sjogren, yang ditandai dengan mata kering, mulut kering dan radang sendi.

Sindroma mata kering ditandai oleh adanya rasa iritasi, berpasir, panas, pedih, nrocoh dan rasa lengket terutama pada saat bangun pada pagi hari, kadang timbul rasa gatal dan penglihatan yang kabur. Gejala-gejala ini dirasakan lebih buruk pada saat berada pada kondisi lingkungan yang berangin, pada ruangan ber-AC, atau setelah membaca /bekerja dengan komputer dalam jangka waktu yang lama.

Pada Sindroma Mata Kering, yang perlu dilakukan adalah mengetahui penyebabnya.

Dokter mata akan menegakkan diagnosa dengan melakukan beberapa pemeriksaan untuk mengukur produksi air mata dan menentukan jenis lapisan air mata yang berkurang produksinya.

Dasar dari pengobatan Sindroma Mata Kering ialah mencari penyebab SMK dan mengetahui jenis lapisan air mata yang mengalami defisiensi. Tetes mata yang merupakan air mata buatan dapat digunakan sebagai pelumas mata serta menggantikan cairan mata yang hilang.

Air mata buatan ini boleh dipakai setiap hari sebanyak 1-2 tetes setiap 4 jam, atau bahkan dengan adanya kemasan air mata buatan yang non preservative (tanpa bahan pengawet), air mata buatan ini boleh dipakai sesering mungkin sampai beberapa kali dalam satu jam.

Cara lain untuk menjaga kelembaban permukaan mata ialah dengan menggunakan humidifier di saat cuaca kering dan kaca mata pelindung di saat berada pada kondisi berangin. Hal-hal yang meningkatkan kekeringan seperti asap rokok dan cuaca panas harus dihindari.

Pada kondisi dengan gejala mata terasa kering setiap bangun tidur, dapat diatasi dengan memberikan salep mata lubrikan setiap malam sebelum tidur.

Penderita Sindroma Mata Kering pada fase awal mungkin hanya memerlukan tetes air mata buatan untuk mengurangi gejala yang dirasakan, namun pada mata yang sangat kering dapat menimbulkan kerusakan yang serius pada mata, karena itu pemeriksaan ke dokter spesialis mata sangat diperlukan. (roz)