

Mata Minus pada Anak

Contributed by dr.Rozalina L.Zulkarnain, Sp.M
Senin, 09 Pebruari 2009

Mata minus sering bersifat progresif pada masa anak-anak dan cenderung stabil ketika mereka mencapai usia 20 tahun.

Mata minus atau sering kali juga disebut Myopia ialah kondisi dimana pandangan kabur bila melihat jauh. Pada kondisi myopia ini, sumbu bola mata berukuran lebih panjang dari normal, sehingga titik fokus jatuh di depan retina. Hal ini menyebabkan benda yang berjarak jauh Nampak kabur.

Pada myopia yang berjenis progressif, sering kali disebabkan oleh faktor genetika dari orang tua. Selain factor genetika tersebut, kondisi sering membaca / menulis dengan jarak dekat juga memperberat kondisi progresifitas dari myopia.

Anak dengan myopia sering mengeluh kabur melihat benda pada jarak jauh, pusing, kelelahan pada mata, dan sering mendekat ke objek yang ingin dilihat.

Apabila anak anda mengalami gejala-gejala seperti ini, sebaiknya segera diperiksakan ke dokter spesialis mata untuk di deteksi kemungkinan kelainan refraksi yang dialami.

Deteksi dini bisa dimulai sejak usia 1 tahun, usia 3 tahun dan diulangi tiap 1 tahun terutama untuk anak dengan riwayat orang tua menderita myopia.

Pada anak, myopia dapat diatasi dengan pemakaian kacamata yang tepat. Dibawah ini ditampilkan beberapa tips pemakaian kacamata yang tepat pada anak:

1. Pastikan kacamata pas dengan wajah anak. Jangan sampai kacamata menekan kuping / hidung atau membuat iritasi pada kulit.

Jangan sampai kacamata “melorot” ke bawah.

2. Pastikan anak anda mendapatkan ukuran kaca mata yang tepat.

3. Beradaptasi dalam pemakaian kacamata. Mulailah dengan memakaikan kacamata selama 5 menit dalam 1 hari dan dilanjutkan dengan

penambahan waktu dalam setiap harinya sampai si anak dapat memakai kaca mata dalam waktu lama.

4. Kacamata untuk myopia sebaiknya dipakaikan setiap waktu kecuali saat mandi, bermain (motorik), olahraga, maupun tidur.

5. Beri dukungan positif setiap anak mau memakai kacamata.

Apabila anak telah menginjak remaja maka pemakaian lensa kontak untuk mengatasi myopia dapat dipertimbangkan.

Tujuan pemakaian kacamata ini ialah untuk mencegah terjadinya lazy eye (mata malas / amblyopia).