

## Pengobatan

Segala kesulitan yang dialami pasien buta warna dapat dikurangi dengan beberapa upaya, seperti:

- Berlatih mengingat segala aktivitas yang berkaitan dengan warna, misalnya dengan mengingat posisi warna pada rambu lampu lalu lintas
- Menggunakan pencahayaan atau lampu yang terang di rumah dan kantor agar membantu memperjelas warna yang ada
- Menggunakan teknologi pendukung yang tersedia, seperti aplikasi khusus yang dapat mendeteksi dan memberi tahu warna pada suatu objek
- Menggunakan lensa kontak atau kacamata khusus yang dapat membantu pasien dalam mendeteksi warna tertentu sekaligus mengurangi intensitas cahaya yang dapat mengganggu penglihatan pasien
- Meminta bantuan kerabat atau keluarga Saat mengalami situasi sulit yang berhubungan dengan warna, misalnya ketika mencocokkan warna pakaian atau melihat apakah daging yang dimasak telah matang

Jika buta warna yang dialami pasien merupakan dampak dari penyakit tertentu atau efek samping obat, dokter akan mengatasi penyakit tersebut atau meresepkan obat lain

## Pencegahan



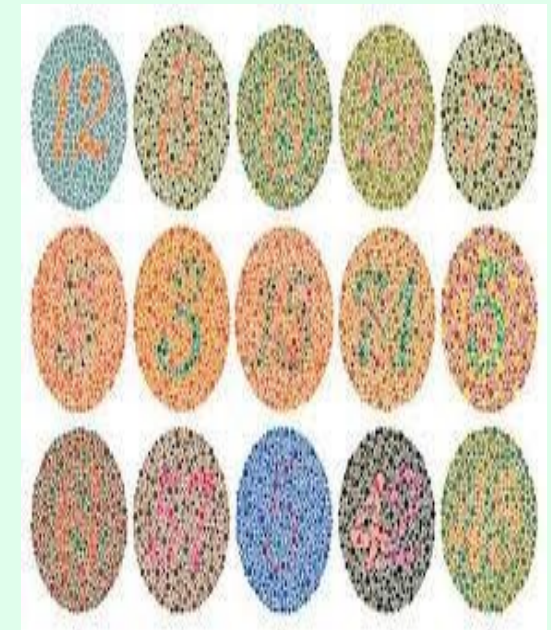
Buta warna merupakan penyakit bawaan sejak lahir sehingga tidak dapat dicegah. Namun, untuk menghindari risiko terkena buta warna akibat keturunan, lakukan konsultasi pranikah serta pemeriksaan genetik sebelum merencanakan kehamilan.

Selain itu, ada beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi risiko terjadinya buta warna akibat penyakit lain, yaitu:

- ◆ Menjalani pemeriksaan kesehatan secara teratur
- ◆ Melakukan pemeriksaan mata tiap tahun
- ◆ Menerapkan gaya hidup yang sehat
- ◆ Berolahraga secara teratur
- ◆ Mengonsumsi makanan bergizi lengkap dan seimbang



## BUTA WARNA



UNIT PROMOSI KESEHATAN  
RSUD PROF.DR.W.Z. JOHANNES  
KUPANG

## BUTA WARNA ???

### Pengertian

Buta warna adalah kondisi mata yang tidak mampu mata melihat warna secara normal. Penderita penyakit ini sulit membedakan warna tertentu (buta warna parsial) atau bahkan seluruh warna (buta warna total).

Buta warna adalah penyakit yang umumnya didapat sejak lahir. Kondisi ini lebih sering terjadi pada pria dibandingkan wanita.

### Gejala

Buta warna ditandai dengan kesulitan membedakan warna tertentu (buta warna parsial), atau bahkan seluruh warna (buta warna total). Tanda-tanda seseorang menderita buta warna antara lain:

- Sulit mengikuti pelajaran di sekolah yang berhubungan dengan warna
- Sulit membedakan warna lampu lalu lintas
- Sulit membedakan warna obat
- Sulit membedakan warna buah yang mentah dengan yang sudah matang, atau menentukan tingkat kematangan makanan yang sedang dimasa

## JAGALAH MATAMU KARENA MATA ADALAH PELITA TUBUHMU .....

### ⇒ Buta warna merah-hijau

Beberapa gejala yang dapat dialami oleh penderita buta warna merah-hijau, yaitu:

- Kuning dan hijau terlihat kemerahan
- Oranye, merah, dan kuning terlihat seperti kehijauan
- Merah terlihat seperti abu-abu gelap
- Merah terlihat kuning kecokelatan, dan hijau terlihat seperti warna krem

### ⇒ Buta warna biru-kuning

Penderita kondisi ini mengalami gejala berupa:

- Biru terlihat kehijauan
- Sulit membedakan merah muda dengan kuning dan merah
- Kuning terlihat seperti abu-abu atau ungu terang

### Buta warna total

Berbeda dengan kedua tipe di atas, seseorang yang menderita buta warna total kesulitan membedakan semua warna. Bahkan, sekitar 10% dari penderita buta warna total hanya dapat melihat warna putih, abu-abu, dan hitam.



### Penyebab

Penyebab buta warna terbagi menjadi 3 yaitu :

#### ◆ Diturunkan

Pada sebagian besar kasus, buta warna diturunkan dari orang tua ke anak. Buta warna turunan umumnya memengaruhi kedua mata. Tingkat keparahan buta warna pada penyakit turunan bisa ringan, sedang, hingga berat, dengan derajat keparahan yang tidak akan berubah hingga akhir hidup penderitanya.

#### ◆ Didapatkan

Penyakit tertentu yang bisa menurunkan kemampuan melihat warna, seperti anemia sel sabit, diabetes, degenerasi makula, penyakit Alzheimer, *multiple sclerosis*, glaukoma, penyakit Parkinson, leukemia, atau kecanduan alkohol

#### ◆ Penuaan

Usia juga dapat menjadi penyebab seseorang menderita buta warna. Seiring usia bertambah, kemampuan mata dalam menangkap cahaya dan warna akan menurun sehingga dapat menimbulkan kesulitan dalam membedakan warna. Kondisi ini akan lebih buruk pada seseorang yang menderita penyakit katarak.