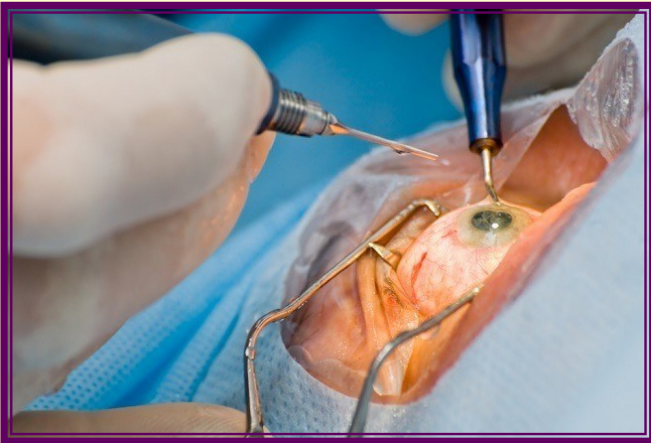


## PENANGANAN KATARAK

Ada 2 jenis operasi untuk meringankan gejala, yaitu:

- **Small incision cataract surgery (phacoemulsification).** Operasi ini dilakukan dengan melakukan insisi kecil pada tepi kornea.
- **Extracapsular surgery** yang membutuhkan insisi yang lebih lebar untuk mengeluarkan inti lensa yang berkabut



## PENCEGAHAN KATARAK

- Memeriksa mata secara teratur pada dokter spesialis mata.
- Melindungi mata dari benturan dan cahaya matahari yang terlalu lama,
- Kelola masalah kesehatan lain, seperti diabetes yang bisa meningkatkan risiko katarak.
- Membatasi kebiasaan menyeter di malam hari.
- Memperbaiki pencahayaan di rumah.
- Menggunakan kaca pembesar saat membaca.
- Berhenti merokok dan kurangi konsumsi alkohol
- Terapkan pola makan dengan memperbanyak buah-buahan dan sayuran
- Memakai kacamata jika matahari terlalu terik

**SEMOGA CEPAT SEMBUH**



## KATARAK



UNIT PROMOSI KESEHATAN

RSUD PROF.DR.W.Z. JOHANNES

KUPANG

## APA ITU KATARAK???

Katarak atau kekeruhan lensa merupakan kondisi terjadinya kekeruhan pada organ mata, yaitu lensa mata. Gangguan mata ini merupakan penyebab kebutaan utama yang dapat diobati di dunia saat ini.



### GEJALA

- Pandangan kabur seperti berkabut.
- Melihat lingkaran di sekeliling cahaya
- Pandangan ganda.
- Penurunan penglihatan pada malam hari

## AYO...KENALI, CEGAH DAN TANGANI KATARAK

- Rasa silau saat melihat lampu mobil, matahari, atau lampu.
- Sering mengganti ukuran kacamata.
- Warna di sekitar terlihat memudar



### PENYEBAB

- Proses penuaan
- Trauma yang menyebabkan perubahan pada jaringan mata
- Kelainan genetik bawaan
- Operasi mata sebelumnya, atau kondisi medis seperti diabetes
- Penggunaan obat steroid jangka panjang

### FAKTOR RISIKO

- Usia lanjut diatas 40 tahun
- Riwayat keluarga
- Kelainan sistematik (seperti diabetes atau kencing manis dan kelainan metabolik lainnya)
- Penggunaan tetes mata secara rutin, yang mengandung steroid
- Kebiasaan merokok
- Paparan sinar ultraviolet

### KOMPLIKASI PASCA OPERASI

- Peradangan mata
- Sensitivitas cahaya
- Fotopsia, atau melihat kilatan cahaya atau *floaters*
- Dislokasi lensa intraokula
- Retina robek atau terlepas
- *Posterior Capsule Opacification* (PCO) atau katarak kedua