

Kenali Gejala Gangguan Penglihatan dan Pencegahannya



Gangguan penglihatan merupakan kondisi terganggunya kemampuan mata dalam melihat sehingga penglihatan akan menjadi kabur, buram atau hilang. Gangguan penglihatan dapat meliputi berbagai kelainan seperti rabun jauh atau dekat hingga kondisi serius seperti katarak atau degenerasi makula.

Gejala Gangguan Penglihatan

Gejala gangguan penglihatan bermacam - macam tergantung pada jenis dan penyebab dari gangguan penglihatan tersebut.

Berikut beberapa gejala umum yang dirasakan oleh penderita gangguan penglihatan :

- Penglihatan kabur atau buram
- Kesulitan melihat objek jauh atau dekat
- Gangguan penglihatan pada malam hari
- Sensitif pada cahaya terang
- Penglihatan terlihat berbayang
- Mata merah, iritasi atau peradangan
- Nyeri mata
- Mata berair dalam jumlah yang berlebihan

Bagaimana cara mencegah gangguan penglihatan?

Beberapa upaya untuk mencegah gangguan penglihatan atau mengurangi resiko terdampak gangguan penglihatan, meliputi :

- Lakukan pemeriksaan mata secara rutin ke dokter mata atau oftalmologis sebagai langkah deteksi dini
- Mengenakan kacamata atau lensa kontak yang sesuai dengan kemampuan penglihatan.
- Melindungi mata dari cedera
- Mengontrol faktor risiko yang dapat menjadi penyebab gangguan penglihatan seperti diabetes, hipertensi dan kebiasaan merokok.

Referensi :

Kemenkes.2023.Gangguan Penglihatan