

Kawal peningkatan rabun jauh

Berita Harian
(04/09/2021) M/S 30

Kanta sentuh khas pengganti cermin mata untuk kanak-kanak

Pandemik COVID-19 mengubah norma baharu dalam kehidupan mencakupi pelbagai aspek termasuk pelaksanaan Pengajaran dan Pembelajaran di Rumah (PdPR) membatikan proses pembelajaran dalam talian, meningkatkan penggunaan komputer riba dan tablet.

Kekangan dalam menjalankan aktiviti sosial juga mengakibatkan kanak-kanak lebih cenderung untuk menghabiskan masa di rumah dan

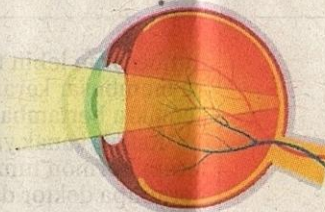
katan rabun jauh dalam kalangan kanak-kanak.

Peningkatan rabun jauh dapat dikawal melalui pelbagai kaedah. Antaranya, melalui pemakaian cermin mata khas (seperti kacamata undercorrect, bifokal, multifokal atau myopia control lens), penggunaan ubat mata seperti atropine 0.01 peratus dan penggunaan kanta lekap khas, iaitu Ortokeratologi (Ortho-K).

"Kajian menunjukkan Ortho-K

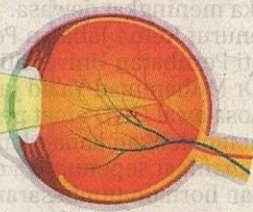
PENGLIHATAN NORMAL

Cahaya jatuh tepat pada retina.



RABUN JAUH

Mata tidak dapat memfokuskan cahaya di depan retina.



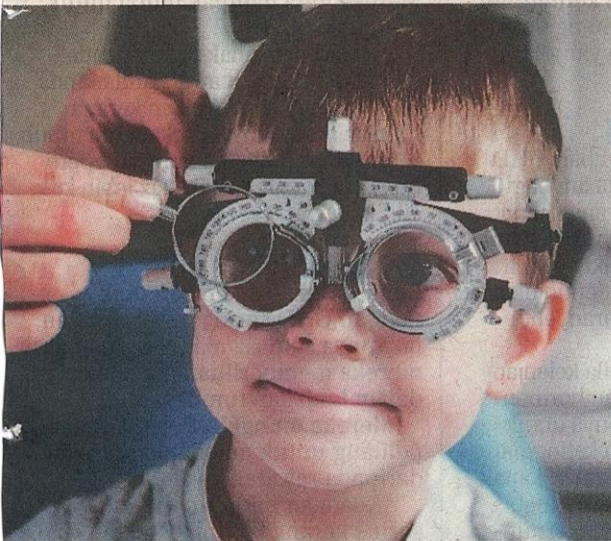
mengingat pendedahan kepada gajet.

Bagaimanapun, kajian menunjukkan pendedahan kepada gajet dan kurangnya aktiviti luar boleh mengakibatkan peningkatan rabun jauh dalam kalangan kanak-kanak.

Di Asia, hampir 85 peratus kanak-kanak mengalami rabun jauh, manakala statistik di Malaysia menunjukkan sebanyak 42 peratus kanak-kanak perlu memakai cermin mata akibat rabun jauh.

Pegawai Optometri Hospital Pengajar Universiti Putra Malaysia (HPUPM), Muhsonat Mohamad Zain, berkata isu peningkatan rabun jauh dalam kalangan kanak-kanak adalah isu global yang perlu dititikberatkan.

Ibu bapa perlu mengetahui bagaimana cara mengawal pening-



info

Kanta sentuh Ortho-K

- Direka khas untuk membentuk semula dan meratakan kornea.
- Menurunkan rabun jauh dan

rabun silau.

- Sesuai kepada masalah rabun jauh yang teruk.
- Tidak memerlukan rawatan pembedahan.

memberi kesan lebih efektif merawat peningkatan rabun jauh dalam kalangan kanak-kanak berbanding dengan kaedah lain.

“Keberkesannya dalam merawat peningkatan rabun jauh adalah dalam julat 32 hingga 100 peratus,” katanya.

Keberkesanan Atropine pula adalah dalam julat 30 hingga 77 peratus dan kaca mata khas adalah dalam julat 12 hingga 55 peratus sahaja.

Ortho-K juga adalah sejenis kanta lekak atau kanta sentuh separa keras yang dipakai pada waktu malam ketika tidur.

Ia direka menggunakan konsep ‘cornea reshaping therapy’ iaitu ia dapat mengubah permukaan kornea, menjadikan kornea lebih mendatar dan pemakai kanta lekak dapat melihat dengan jelas tanpa pemakaian kacamata pada waktu pagi.

Kanta lekak klinikal berkenaan yang direka khas mengikut tahap rabun jauh dan kelengkungan mata setiap individu.

Tahap rabun jauh

Beliau berkata, pemakaiannya memerlukan kriteria yang tertentu kerana bukan semua kanak-kanak atau individu boleh memakainya.

Antara kriteria utama adalah tahap rabun jauh. Rabun jauh yang bersesuaian untuk pemakaian Ortho-K adalah julat di antara -1 DS sehingga hingga 5DS. Rabun silau perlulah tidak melebihi 1.DC.

Sebelum memakai kanta sentuh itu perlu menjalani pemeriksaan mata secara menyeluruh. Pemeriksaan mata yang terbabit adalah pemeriksaan tahap rabun, pemeriksaan segmen anterior (seperti mata kering), topografi kornea dan pemeriksaan segmen posterior.

Jika pesakit sesuai dan memenuhi semua kriteria yang ditetapkan, optometris akan melakukan pemasangan bagi kanta lekak atau lebih dikenali sebagai Ortho-K fitting.

Proses itu bermula dengan memasukkan kanta lekak di mata pemakai.

“Optometris perlu memastikan parameter Ortho-K bersesuaian dengan mata. Kemudian disarankan di klinik dengan pemakaiannya sekurang-kurangnya 30 minit. Ini adalah untuk melihat kesannya pada permukaan kornea.

Konsultasi untuk memakai kanta sentuh ini akan diberikan kepada pemakai. Optometris akan menerangkan mengenai cara memasukkan dan mengeluarkan kanta sentuh cara cucian dan sebagainya.

Individu memahami penggunaan kanta sentuh itu mereka boleh mendapatkan mengikut saranan optometris

Ortho-K yang mendapat kelulusan Pentadbiran Makanan dan Ubat-Ubatan (FDA) Amerika Syarikat sejak 1998 adalah sebagai satu kanta lekak untuk membetulkan dan mengawal peningkatan rabun jauh dalam kalangan kanak-kanak.

Atasi masalah rabun jauh

FDA juga meluluskan kanta lekak itu untuk dipakai pada waktu malam ketika tidur. Kesan pemakaiannya bersifat reversible (boleh diterbalikkan).

Ia perlu dipakai setiap hari untuk kesan optimum, selain amat sesuai dan digalakkan untuk kanak-kanak atasi peningkatan rabun jauh.

Ada sesetengah kanak-kanak mengalami peningkatan rabun jauh yang signifikan, contohnya peningkatan sebanyak -1DS se-

hingga -2DS dalam masa setahun. Perkara ini pasti akan merisaukan ibu bapa sehingga kerap menukar cermin mata anak-anak mereka setiap tahun akibat peningkatan rabun jauh.

Peningkatan rabun jauh yang berterusan boleh meningkatkan risiko penyakit mata. Antara penyakit mata yang berkaitan dengan rabun jauh adalah penanggalan lapisan retina, glaukoma dan makulopati.



Elak penyakit berkaitan mata

Kajian menunjukkan semakin tinggi tahap rabun jauh, semakin tinggi risiko untuk mendapat penyakit yang berkaitan mata.

Contohnya, individu mempunyai rabun jauh yang rendah, risiko untuk mendapat makulopati adalah 2.2 peratus, manakala bagi individu mempunyai rabun jauh yang tinggi, risiko meningkat secara mendadak sebanyak 40.6 peratus.

Justeru, ibu bapa harus memahami kepentingan mengawal peningkatan rabun jauh anak.

Kaedah kawalan peningkatan rabun jauh bersesuaian perlu diberikan kepada kanak-kanak seawal usia bagi mengurangkan risiko yang berkaitan.

Kanta sentuh dapat membetulkan rabun jauh secara sementara dan membolehkan pemakainya dapat melihat pada waktu siang tanpa pemakaian cermin mata, selain mengurangkan peningkatan rabun jauh dalam kalangan kanak-kanak.

“
Ibu bapa perlu mengetahui bagaimana cara mengawal peningkatan rabun jauh dalam kalangan kanak-kanak”

Muhsonat Mohamad Zain