

APA ITU KATARAK?



Gangguan penglihatan akibat kekeruhan pada lensa mata sehingga menyebabkan penurunan kemampuan penglihatan, bahkan bisa mencapai kebutaan.

Mata Normal



Mata Katarak



PERBEDAAN KATARAK DAN BUKAN KATARAK



KATARAK



Bukan KATARAK



RSU SEBENING KASIH

Melayani dengan Sepenuh Hati



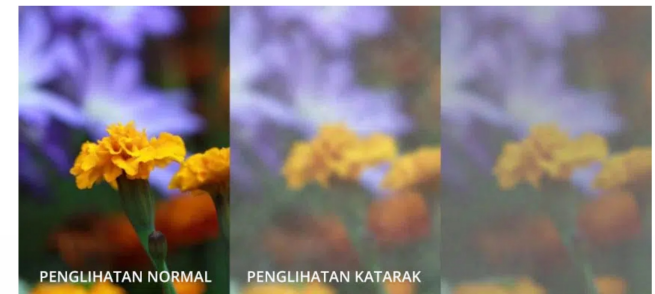
KATARAK

Katarak merupakan penyebab kebutaan nomor satu di dunia dan di Indonesia.

LF/PKRS/KLI-MTA/002/2026

GEJALA UMUM KATARAK

- Penglihatan buram atau berkabut, bahkan tidak bisa melihat sama sekali
- Sensitif terhadap sinar atau cahaya
- Sering bergantiacamata, karena ukurannya mudah berubah
- Pada keadaan terang, mata terasa silau
- Penglihatan di ruangan yang temaram lebih jelas dibandingkan di ruangan terang



PENGLIHATAN NORMAL

PENGLIHATAN KATARAK

Sebagian besar katarak terjadi karena proses degeneratif. Usia rata-rata terjadinya katarak adalah pada umur 60 tahun keatas. Akan tetapi, katarak dapat pula terjadi pada bayi karena sang ibu terinfeksi virus pada saat hamil muda



FAKTOR RISIKO KATARAK

- **Penuaan.** Penuaan adalah penyebab tersering dari kekeruhan lensa atau katarak
- **Riwayat Trauma.** Lensa mata yang pernah mengalami trauma, seperti masuknya serpihan material tajam ke mata, terbentur bola, kembang api, dapat membuat katarak timbul lebih cepat.
- **Infeksi saat kehamilan.** Jika ibu saat hamil mengidap infeksi, khususnya rubella, dapat menjadi penyebab utama terjadinya katarak kongenital pada anak yang dilahirkan. Katarak kongenital dapat terjadi pada salah satu atau kedua mata anak.
- **Mengonsumsi obat-obatan tertentu dalam jangka waktu lama,** seperti obat kortikosteroid dan amiodaron, dapat memicu katarak.
- **Pengidap penyakit tertentu.** Pengidap diabetes melitus, hipertensi, hipokalemia, dan dermatitis atopik, dapat berkaitan dengan timbulnya katarak di kemudian hari.
- **Kebiasaan merokok dan mengonsumsi alkohol.**
- **Paparan sinar matahari yang lama pada mata.**
- **Paparan toksin atau racun.**
- **Riwayat keluarga yang mengidap katarak.**
- **Riwayat operasi pada mata.**



Hubungi Kami

- Jl. Raya Tayu - Pati Km.3 No.99A, Pakis, Tayu, Pati, Jawa Tengah 59155
- (0295) 4150645 / 0822-2665-6907
- www.rsusebeningkasih.com
- [rsusebeningkasih](https://www.instagram.com/rsusebeningkasih)
- RSU Sebening Kasih

BAGAIMANA CARA PENCEGAHANNYA?

- Lakukan deteksi dini secara teratur ke dokter spesialis mata
- Melindungi mata dari benturan dan cahaya matahari yang terlalu lama, dengan menggunakan kacamata yang melindungi dari sinar ultraviolet baik UVA dan UVB.
- 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.

KAPAN HARUS KE DOKTER?

Jika timbul beberapa gejala katarak yang semakin mengganggu atau semakin memburuk, sehingga merasakan nyeri pada mata atau kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari, segera memeriksakan diri ke **dokter spesialis mata** untuk pemeriksaan dan penanganan lebih lanjut