



# Jangan biarkan glaukoma rampas penglihatan

**H**IDUP dalam kegelapan, meraba-raba mencari sinar, dunia gelap-gelita, siang dan malam sama sahaja. Keindahan alam ciptaan Tuhan tidak dapat dinikmati.

Jika ditanya kepada setiap orang, sanggupkah mereka hidup sedemikian? Pasti semua menjawab tidak. Namun, bagaimana pula dengan mereka yang tidak mempunyai pilihan?

Mahu atau tidak mereka terpaksa juga berhadapan dengan situasi itu. Walau seperti mana kehidupan yang harus ditempuh tanpa penglihatan, walau air mata darah yang dikeluarkan, tiada apa yang dapat dilakukan lagi jika penglihatan telah ditarik Tuhan.

Pengalaman selama satu jam mata ditutup dengan kain, masuk ke ruang restoran yang tersangat gelap dengan berjalan secara beratur memegang bahu teman di depan dan menikmati makan tengah hari tanpa dapat melihat makanan apa yang dihidangkan, hanya meraba makanan dan meneka, membuatkan saya serta beberapa wakil media lain berasa begitu bersyukur kerana diberikan penglihatan yang baik.

Menjadi buta begitu menakutkan. Menjalani kehidupan seharian dengan keadaan sedemikian meruntuhkan rasa kecewa, sedih, murung, tidak gembira

## sihat

Oleh **MERAN ABU BAKAR**  
meran.bakar@utusan.com.my



dan pelbagai perasaan yang bercampur-baur.

Ramai orang yang dilahirkan celik tetapi berkemungkinan besar boleh mendapat glaukoma, iaitu penyakit mata progresif yang sering dirujuk sebagai 'pencuri senyap penglihatan'.

Dengan anggaran lebih 60 juta orang mengalaminya di seluruh dunia, gejala penyakit ini tidak ketara dan sering tidak dapat dikesan awal.

Oleh itu, ramai yang mungkin tidak tahu mereka menghidap glaukoma. Penyakit ini boleh menyebabkan

mereka kehilangan penglihatan kekal dan tidak boleh pulih jika tidak dirawat.

Sebenarnya glaukoma telah dikenal pasti sebagai punca buta ketiga paling utama di Malaysia dan punca buta kedua paling utama pada peringkat global, dengan kurang daripada 50 peratus penghidap menyedari keadaan mereka sebelum kehilangan penglihatan berlaku.

Di seluruh dunia, jumlah mereka yang buta akibat glaukoma ialah seramai 4.4 juta orang (12.3 peratus).

Oleh itu, diagnosis dan tindakan awal memainkan peranan penting bagi memperlambatkan



**PRESIDEN** Novartis, Dr. Joshi Venugopal (kiri) bersama Datuk Dr. Linda Teoh (dua dari kanan) dan Sharon Ooi Beng Poh (kanan) melancarkan produk terbaharu untuk glaukoma di Kuala Lumpur baru-baru ini.

perkembangan penyakit tersebut.

Harus diingat individu yang berusia lebih 40 tahun perlu berjumpa dengan pakar oftalmologi bagi menjalani pemeriksaan tahunan.

Konsultan Oftalmologi, Fakulti Perubatan, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), Prof. Madya Dr. Jemaima Che Hamzah berkata, keseluruhan penghidap glaukoma di dunia adalah seramai 0.3 peratus bagi mereka yang berusia 40 tahun dan meningkat menjadi 3.3 peratus pada mereka yang berumur 70 tahun.

Beliau berkata, penghidap glaukoma di dunia mungkin meningkat lagi daripada 60.5 juta pada 2010 menjadi hampir 80 juta menjelang tahun 2020. Sebanyak 40 peratus penghidap adalah rakyat China dan India.

"Terdapat beberapa jenis glaukoma, iaitu primari, pertengahan dan kongenital.

pembedahan mikro biasanya dapat membetulkan kecacatan tersebut. Kes-kes lain dirawat dengan ubat-ubatan dan pembedahan.

"Punca glaukoma tidak diketahui tetapi peningkatan tekanan intraokular (IOP), iaitu tekanan di dalam mata, ialah faktor risiko yang dikenal pasti. Justeru, rawatan berkala bagi menguruskan tekanan di dalam mata sangat penting bagi mencegah kehilangan penglihatan di kalangan pesakit.

"Rawatan boleh diuruskan oleh individu sendiri dengan menggunakan pelbagai jenis titisan mata beberapa kali seban bagi mengurangkan tekanan yang meningkat," katanya.

Dr. Jemaima berkata, glaukoma terjadi secara perlahan dan kebanyakan pesakit tidak menyedari penglihatan mereka terjejas selama bertahun-tahun.

Ini kerana, kehilangan penglihatan berlaku pada bahagian tepi mata, manakala penglihatan tengah masih stabil sehinggalah penyakit ini menjadi parah atau mata yang sihat turut terjejas.

"Apabila pesakit menyedari akan penglihatannya yang mulai hilang, ketika itu sudah terlambat.

"Biasanya, apabila didiagnosis, pesakit telah pun disahkan menghidap glaukoma," katanya dalam ceramah bertajuk *Glaukoma: Pencuri Senyap Penglihatan semasa pelancaran Simbrinza* oleh Novartis di Kuala Lumpur baru-baru ini.

Kata Dr. Jemaima lagi, glaukoma menyebabkan rasa sakit yang amat sangat, mata merah, sakit kepala, kabur penglihatan, pening atau muntah

**BERAPA** kerap seseorang harus menjalani pemeriksaan mata bagi mengesan glaukoma?

- Sebelum berumur 40 tahun, setiap dua hingga empat tahun.
- Daripada umur 40 hingga 54 setiap satu hingga tiga tahun.
- Daripada umur 55 hingga 64, setiap satu hingga dua tahun.
- Selepas berumur 65, setiap enam hingga 12 bulan.
- Setiap orang yang berisiko tinggi sepatutnya mendapatkan pemeriksaan setiap satu hingga dua tahun selepas berumur 35 tahun.

dan menjejaskan kehidupan pesakit.

Mereka tidak dapat melakukan aktiviti seharian seperti membaca, berjalan, memandu, melakukan kerja-kerja rumah dan sebagainya. Mereka juga menghadapi risiko untuk kerap jatuh dan kemalangan jalan raya.

Walaupun menghadapi risiko kerosakan penglihatan yang tidak boleh pulih, terdapat bukti membimbangkan yang menunjukkan bahawa 80 peratus daripada penghidap glaukoma tidak patuh kepada rawatan harian yang dicadangkan.

Antara cabaran dalam rawatan glaukoma ialah tidak berupaya menitikkan ubat titisan mata ke dalam mata, terlupa menitikkan ubat, kurang pengetahuan mengenai glaukoma dan sukar mendapatkan ubat-ubatan.

Pesakit biasanya menolak rawatan pembedahan. Oleh itu, pengesanan awal adalah sangat penting bagi mengurangkan bertakunya buta