

Mata anak-anak anda sangat berharga

LINDUNGI MATA ANDA

Teknik kawalan rabun kanak-kanak

Ubat titis mata (Atropine 0.01%)



Kajian menunjukkan ubat titis mata atropin dos rendah (0.01%) melambatkan peningkatan rabun dengan cara mengawal 'pemanjangan bola mata'.

Cermin mata 'myopia control'



Cermin mata juga boleh membantu melambatkan peningkatan rabun dengan mengaplikasikan teori 'myopia defocus'.

Orthokeratologi Kanta sentuh lembut (Ortho-K)



Orthokeratologi dan kanta sentuh lembut dengan 'peripheral defocus-modifying design' membantu melambatkan peningkatan rabun.

Luangkan masa di luar rumah



Kajian menunjukkan lebih banyak aktiviti di luar rumah boleh mengurangkan peningkatan rabun jauh dalam kalangan kanak-kanak.

Rehatkan mata



Menggunakan garis panduan "20-20-20", setiap 20 minit, melihat objek sekurang-kurangnya sejauh 20 kaki, selama 20 saat boleh membantu kanak-kanak menghadkan masa penggunaan gajet dan mengurangkan masalah keletihan mata.

LASIK bukanlah rawatan yang sesuai untuk rabun kanak-kanak yang masih progresif. Ianya boleh dipertimbangkan selepas mata telah mencapai kematangan pada usia 18 tahun.

Hubungi Kami

OasisEye Specialists

1800 18 7676

oasiseye.my

linktr.ee/oasiseye



Rabun Jauh Kanak-Kanak

(Childhood Myopia)

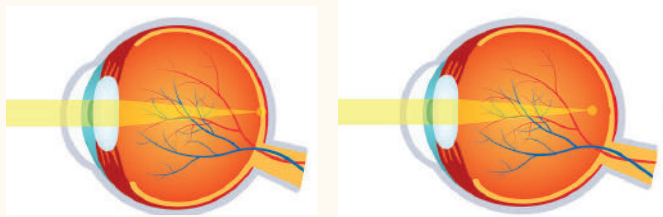


**OASISEYE
SPECIALISTS**
PROTECTING VISION | RESTORING SIGHT



Apakah rabun jauh kanak-kanak?

Rabun jauh dalam kalangan kanak-kanak akan meningkat secara progresif pada awal usia dan menjadi semakin serius pada usia persekolahan. Walaubagaimanapun rabun jauh ini dapat diatasi dengan menggunakan alat bantuan penglihatan seperti cermin mata. Kebiasaannya ianya akan stabil apabila kanak-kanak mencapai usia belasan tahun.



Normal
(*Emmetropia*)

Rabun jauh
(*Myopia*)

Simptom rabun jauh kanak-kanak

Kanak-kanak mungkin mengadu bahawa mereka mengalami kesukaran untuk melihat papan putih di dalam kelas atau semasa menonton televisyen di rumah.

Antara tanda-tanda lain rabun jauh adalah:

- Mengecilkan mata semasa buat kerja sekolah, membaca atau menonton TV
- Kerap menggosok mata
- Kerap kelip mata
- Mata kerap berasa letih/penat

Apakah punca rabun jauh kanak-kanak?

Rabun jauh dalam kalangan kanak-kanak berpunca daripada pelbagai faktor. Antaranya adalah genetik (ibu bapa yang mengalami masalah rabun jauh), etnik (orang Asia-Timur) dan persekitaran (kurang aktiviti fizikal di luar rumah)

Tabiat seperti melakukan kerja jarak dekat untuk jangka masa yang lama, melihat skrin komputer terlalu lama dan penyakit kanak-kanak (contoh: kelahiran pramatang) juga boleh mempengaruhi peningkatan rabun jauh.

Para era digital masa kini, impak penggunaan peranti elektronik secara berlebihan seperti telefon bimbit, tablet dan komputer riba mendorong kepada masalah rabun jauh dalam kalangan kanak-kanak.



Faktor genetik
(Ibu bapa yang mengalami masalah rabun jauh)



Faktor etnik
(Orang Asia timur)



Faktor persekitaran
(kerja jarak dekat yang berlebihan,
Kurang aktiviti fizikal di luar rumah)

Mengapa kawalan rabun jauh penting?

Kanak-kanak yang mengalami rabun jauh secara progresif akan meningkatkan risiko kuasa mata yang tinggi semasa dewasa. Ini boleh menyebabkan risiko komplikasi mata berlaku seperti:

- Lekangan retina
- Glaukoma
- Masalah pada Makula
- Katarak

Pencegahan dan rawatan di peringkat awal dapat mengurangkan risiko masalah rabun jauh dan seterusnya dapat mencapai penglihatan lebih baik pada masa hadapan.

