**Cegah Kebutaan, Penderita Diabetes Periksa Mata Rutin**

9 Desember 2016 0:21 WIB

**YOGYAKARTA** – Penyakit Diabetes Melitus (DM) tidak hanya menyebabkan kondisi fisik penderitanya makin lemah dan kurus drastis namun juga berisiko menimbulkan kebutaan. Itu karena jumlah kadar gula dalam darah tinggi, akibatnya tekanan pada bola mata dan pecahnya pembuluh darah di sekitar retina. “Jika pecah maka akan menghalangi penglihatan dan lama kelamaan bisa buta,” ujar dokter spesialis mata RS Sardjito, dr Bayu Sasongko SpM(K) dalam kegiatan pemeriksaan mata gratis bagi kalangan tenaga kependidikan UGM, kemarin.

Menurut Bayu, risiko kebutaan tejadi pada pasien yang sudah menderita DM secara kronis yakni selama hampir 10 tahun. Di DIY berdasarkan hasil penelitian setiap tiga orang penderita diabetes terdapat satu orang terkena retinopati diabetik atau kerusakan pembuluh darah retina akibat diabetes.

Dia menyarankan bagi penderita diabetes untuk mengecek rutin setiap enam bulan sekali melakukan pemeriksaan mata untuk mencegah terjadi dampak risiko gangguan mata di kemudian hari. Antisipasinya bisa dilakukan operasi atau diberi obat.

**Penglihatan Kabur**

Ia menerangkan gejala yang bisa dirasakan adanya gangguan penglihatan antara lain pandangan tiba-tiba menjadi kabur atau muncul bintik hitam tebal tapi tidak bergerak pada retina. Pandangan menjadi redup dan berkurang. “Kondisi Itu termasuk gangguan penglihatan cukup lanjut dalam beberapa hari bisa ke kondisi sangat parah dan sangat sulit diatasi,” jelasnya.

Ia menyarankan agar terhindar penyakit diabetes dan risiko kebutaan maka perlu menjaga pola makan yang sehat dan bergizi serta rutin melakukan olahraga. Pemeriksaan kali ini merupakan kegiatan sosial menjelang dalam rangka dies natalis UGM. Panitia juga menyediakan kacamata gratis bagi 200 orang. **(D19-52)**

**Sumber:** <http://berita.suaramerdeka.com/smcetak/cegah-kebutaan-penderita-diabetes-periksa-mata-rutin/>