



## Operasi Katarak

### Apa itu Katarak?

- Kondisi di mana "lensa" di dalam mata yang semula bening menjadi keruh, sehingga cahaya tidak dapat menembus dan terfokus dengan baik ke retina. Hal ini menyebabkan gangguan penglihatan seperti pandangan kabur dan silau (hamburan cahaya).

### Hal-hal yang Perlu Diperhatikan Sebelum Operasi Katarak

- Pemeriksaan ultrasonografi (USG) dan pengukuran panjang bola mata akan dilakukan di poliklinik untuk menentukan kekuatan lensa tanam (IOL) yang sesuai untuk Anda.
- Isi dan tanda tangani formulir persetujuan operasi, anestesi, dan lensa tanam setelah mendapatkan penjelasan dari dokter.
- Silakan keramas dan mandi pada hari sebelum operasi.
- Bagi pasien dengan bius lokal, Anda dapat makan seperti biasa. Bagi pasien dengan bius total, wajib berpuasa selama 8 jam sebelum operasi.
- Pada hari operasi, gunakan tetes mata untuk memperlebar pupil atau minum obat penurun tekanan bola mata sesuai instruksi dokter untuk kelancaran operasi.

### Hal-hal yang Perlu Diperhatikan Sesudah Operasi Katarak

- Anda diperbolehkan turun dari tempat tidur dan beraktivitas 1-2 jam setelah operasi, namun harap tetap berhati-hati.
- Mata yang dioperasi akan ditutup dengan kasa dan pelindung mata logam (eye shield). Harap kembali ke rumah sakit keesokan harinya untuk kontrol.
- Dalam 2 minggu setelah operasi, hindari membungkuk, mengangkat beban berat, berkedip terlalu kuat, dan batuk.
- Saat istirahat atau tidur, jangan berbaring miring ke arah mata yang baru dioperasi.
- Jangan mengucek atau membiarkan mata terbentur.
- Jangan melepas penutup mata atau kasa sendiri. Gunakan pelindung mata setidaknya selama 1 minggu saat tidur untuk mencegah sentuhan yang tidak disengaja yang dapat menyebabkan infeksi atau pergeseran lensa.
- Selama 3 hari pertama setelah operasi, bersihkan wajah hanya dengan lap basah. Jangan biarkan mata terkena air mentah secara langsung untuk mengurangi risiko infeksi.
- Gunakan obat tetes mata secara rutin sesuai instruksi dokter. Pastikan mencuci tangan sebelum meneteskan obat.
- Penglihatan tidak akan langsung pulih dalam waktu singkat. Utamakan keselamatan saat beraktivitas, sebaiknya ada pendamping untuk mencegah kecelakaan.
- Terapkan pola makan gizi seimbang, namun hindari makanan yang terlalu keras untuk mencegah aktivitas mengunyah yang berlebihan.
- Pelindung mata logam harus disterilkan sekali sehari dengan cara direbus dalam air mendidih selama 5 menit, lalu dikeringkan sebelum digunakan.

- Lakukan kontrol rutin ke poliklinik sesuai jadwal.

### **Penanganan Nyeri Setelah Operasi**

- Perbanyak istirahat.
- Mata merah, sensitif terhadap cahaya, nyeri ringan, dan rasa mengganjal adalah hal yang normal. Anda dapat meminum obat pereda nyeri untuk mengurangi ketidaknyamanan.

### **Perawatan Luka Setelah Operasi**

- Mata akan ditutup dengan kasa dan pelindung mata setelah operasi. Dokter akan mengevaluasi kondisi luka saat kontrol keesokan harinya.
- Gunakan obat tetes mata secara rutin sesuai instruksi dokter.
- Jangan melepas pelindung mata saat tidur.
- Gunakan kapas steril untuk membersihkan sekret (kotoran) mata, usap dari sudut mata bagian dalam ke arah luar.

### **Gejala Apa yang Mengharuskan Segera Kembali ke Dokter?**

- Jika terjadi nyeri hebat yang mendadak pada mata setelah operasi, mata sangat merah, kelopak mata bengkak, atau penurunan penglihatan secara tiba-tiba, harap segera memeriksakan diri ke dokter.

Semoga Anda sehat selalu, damai selalu, dan beruntung.

Hotline Konsultasi 02-66289779 轉 (7251)