

Rabun jauh semasa kanak-kanak berisiko jadi buruk kemudian hari

Oct 07, 2016 | 10:03 AM



Ibu bapa harus cuba sedapat mungkin melambatkan kejadian rabun jauh pada diri anak mereka dengan memastikan mereka menghabiskan masa di luar rumah. GAMBAR HIASAN

RABUN jauh, atau miopia, pada usia muda boleh membuat seseorang mengalami rabun jauh lebih teruk pada kemudian hari, menurut dapatan satu kajian oleh Institut Penyelidikan Mata Singapura.

Ini bermakna ibu bapa perlu cuba sedapat mungkin melambatkan kejadian rabun jauh pada diri anak mereka dengan memastikan mereka menghabiskan masa di luar rumah, kata ketua kajian itu, Profesor Saw Seang Mei.

"Kita tahu jika seseorang itu menghabiskan lebih banyak masa di luar rumah semasa kanak-kanak, dia boleh mencegah atau melambatkan rabun jauh," kata beliau, dalam satu taklimat media mengenai dapatan kajian tersebut pada Khamis (8 Okt).

Doktor membuat hipotesis ini kerana cahaya di luar rumah biasanya lebih cerah, mencetuskan pembebasan bahan kimia yang dikenali sebagai dopamine retina, yang menghentikan rabun jauh daripada berlaku.

Profesor Saw dan pasukannya mendapatkan hampir 1,000 kanak-kanak berusia antara tujuh dan sembilan tahun selama beberapa tahun bagi kajian itu, dan mengikuti perkembangan mereka hingga mereka berusia 11 tahun.

Kanak-kanak itu yang didiagnosis mengalami rabun jauh semasa sangat muda - berumur antara tiga dan enam tahun - mengalami rabun jauh lebih teruk, tinggi daripada 500 darjah, secara purata, apabila mereka berumur 11 tahun.

Sebaliknya, mereka yang mula rabun jauh pada usia 10, mempunyai rabun jauh kira-kira 150 darjah secara purata pada usia 11 tahun.

"Sebaik sahaja anda mempunyai rabun jauh, anda sentiasa rabun jauh," ujar Profesor Saw, yang juga seorang profesor epidemiologi di Sekolah Kesihatan Awam Saw Swee Hock di Universiti Nasional Singapura (NUS).

"Lebih muda seseorang kanak-kanak itu mengalami rabun jauh, semakin tinggi kemungkinannya dia mengalami rabun jauh lebih teruk, kerana tempoh perkembangannya lebih lama," kata beliau.

Rabun jauh biasanya stabil apabila seseorang mencapai usia dewasa, oleh itu ini bermakna mereka yang rabun jauh teruk pada usia 11 tahun mungkin mengalami keadaan lebih teruk apabila membesar, tambahnya.

Singapura mempunyai salah satu kadar rabun jauh tertinggi di dunia - kira-kira tujuh dalam 10 remaja mengalaminya.

Kanak-kanak dalam kajian itu merupakan sebahagian daripada sebuah projek lebih besar, Kajian Kohort Faktor Risiko bagi Rabun Jauh Singapura, yang melibatkan hampir 2,000 kanak-kanak. Sesetengah daripada mereka, yang berusia 20-an tahun sekarang, masih diikuti hingga hari ini untuk mengetahui perkembangan keadaan mereka.

Dalam kajian sebelum ini, Profesor Saw dan pasukannya mendapati rabun jauh tinggi lebih daripada 500 darjah meletak orang dewasa dalam risiko mengalami masalah seperti katarak, glaukoma dan penyakit makular rabun - penyakit degeneratif yang menyebabkan buta.

Ini membuat pencegahan pada usia muda lebih penting.