

Penyebab Mata Merah?

April 10, 2022

Ditulis Oleh : Rangga Adhithia Hermawan, S.M.



Mata merah sering kali menimbulkan rasa tidak nyaman dan mengganggu aktivitas. Keluhan yang cukup umum terjadi ini bisa disebabkan oleh banyak hal. Walau terkesan ringan, kita tetap perlu waspada, terlebih bila mata merah juga disertai dengan rasa nyeri, perih, gatal, berair, bernanah (belek), atau bengkak.

Meskipun mata merah merupakan kondisi yang umumnya tidak berbahaya. Meski demikian, kondisi ini dapat mengganggu penglihatan, terutama saat beraktivitas atau berkomunikasi dengan orang lain. Saat kondisi normal atau kita sedang sehat, urat merah pada mata ini tidak akan terlihat. Akan tetapi, ada kondisi kesehatan yang menjadi alasan urat mata terlihat sangat jelas. Nah Berikut adalah beberapa penyebab urat mata merah yang perlu Anda perhatikan.

1. Mata kering

Saat mata tidak menghasilkan air mata yang cukup, kondisinya akan mengering. Saat kering, mata akan memerah dan memunculkan guratan urat-urat tipis pada bagian bola mata. Air mata berperan dalam menjaga indra penglihatan tetap lembap, sehat, dan nyaman. Mata kering bisa terjadi pada pria dan wanita, tetapi lebih sering wanita alami terutama saat melewati menopause. Pasalnya, seiring bertambah usia, mata menghasilkan air lebih sedikit pada bagian lipid. Ini yang membuat wanita menopause sering mengalami mata kering dan urat merah terlihat.

2. Alergi

Bila Anda memiliki reaksi alergi terhadap apa saja, seperti serbuk sari, bulu binatang peliharaan, hingga debu, biasanya urat mata yang memerah rentan terlihat. Saat alergen (pemicu alergi) masuk ke dalam tubuh, sistem kekebalan tubuh mulai merespons. Selanjutnya, tubuh melepaskan histamin untuk melawan alergen. Histamin yang tubuh keluarkan ini bisa

menyebabkan pembuluh darah di mata membesar sehingga urat merah terlihat, mata berair, dan gatal.

3. Konjungtivitis

Pink eye atau konjungtivitis adalah salah satu infeksi mata yang paling umum terjadi, terutama pada anak-anak. Konjungtivitis terjadi ketika terjadi infeksi pada konjungtiva, yakni selaput tipis transparan yang menutupi bagian putih mata dan melapisi kelopak mata. Ketika konjungtiva terinfeksi, pembuluh darah di dalamnya akan iritasi dan membengkak. Hal tersebut yang membuat urat mata merah terlihat, bahkan bisa mengeluarkan cairan lengket. Umumnya, infeksi konjungtiva terjadi karena virus dan bisa membaik dengan sendirinya. Sementara itu, bila infeksi karena bakteri, dokter akan meresepkan antibiotik. Keduanya sangat menular sehingga bisa menyebar dengan mudah.

4. Blefaritis

Masalah kesehatan mata yang satu ini terjadi ketika kelopak mata meradang dan memerah. Blefaritis tidak hanya membuat mata merah, tetapi juga menimbulkan sensasi panas, gatal, sensitif terhadap cahaya, dan mengeluarkan air mata berlebih. Kondisi tersebut juga bisa memunculkan guratan urat merah dan terlihat ketika Anda sedang bercermin.

5. Cedera pada mata

Trauma atau cedera pada mata bisa menjadi penyebab terlihatnya urat merah pada indra penglihatan Anda. Saat terjadi benturan atau cedera, pembuluh darah mata bisa melebar (terbuka) agar darah lebih cepat sampai ke lokasi cedera. Proses tersebut membuat pemulihan cedera mata menjadi lebih cepat. Akan tetapi, pembuluh darah yang terbuka ini dapat menyebabkan mata merah. Cedera mata ini mencakup lecet pada kornea (goresan permukaan mata), luka tusukan, dan luka bakar karena bahan kimia berbahaya. Cedera ini perlu mendapat perhatian medis dan harus segera ke dokter bila mengalaminya.

6. Glaukoma

Urat mata yang memerah bisa terjadi karena masalah serius, seperti glaukoma. Pada kebanyakan kasus, glaukoma muncul secara bertahap dan tidak ada gejala. Dalam kasus glaukoma akut atau parah, kondisi ini bisa mengancam penglihatan dan harus mendapat perawatan dokter. Anda harus waspada bila mata yang merah dan terlihat urat terasa sakit dan melihat lingkaran cahaya di sekitar lampu.

Maka mulai dari sekarang kita wajib untuk meningkatkan kesehatan mata agar terhindar dari mata merah. Dengan cara meningkatkan kebersihan diri, menjaga jarak penggunaan gadget pada mata, kemudian istirahat yang cukup. Mari sama-sama kita tingkatkan kesadaran diri dalam menjaga kesehatan mata, agar terhindar dari mata merah.