Prolite – Kali ini kita bakal ngobrolin tentang satu hal yang sering bikin kita kesel, yaitu "*myopi*" alias mata minus.

Nggak asing dong sama istilah ini? Atau kamu sendiri yang punya gangguan pengelihatan yang satu ini? Tenang, mata minus adalah salah satu gangguan penglihatan yang cukup umum terjadi, kok.

Jadi, apa sih sebenarnya yang bisa menyebabkan mata minus? Dan lebih penting lagi, apa yang bisa kita lakukan untuk menghilangkan atau setidaknya mengurangi mata minus? Nah, simak artikel ini sampai habis untuk tau jawabannya!

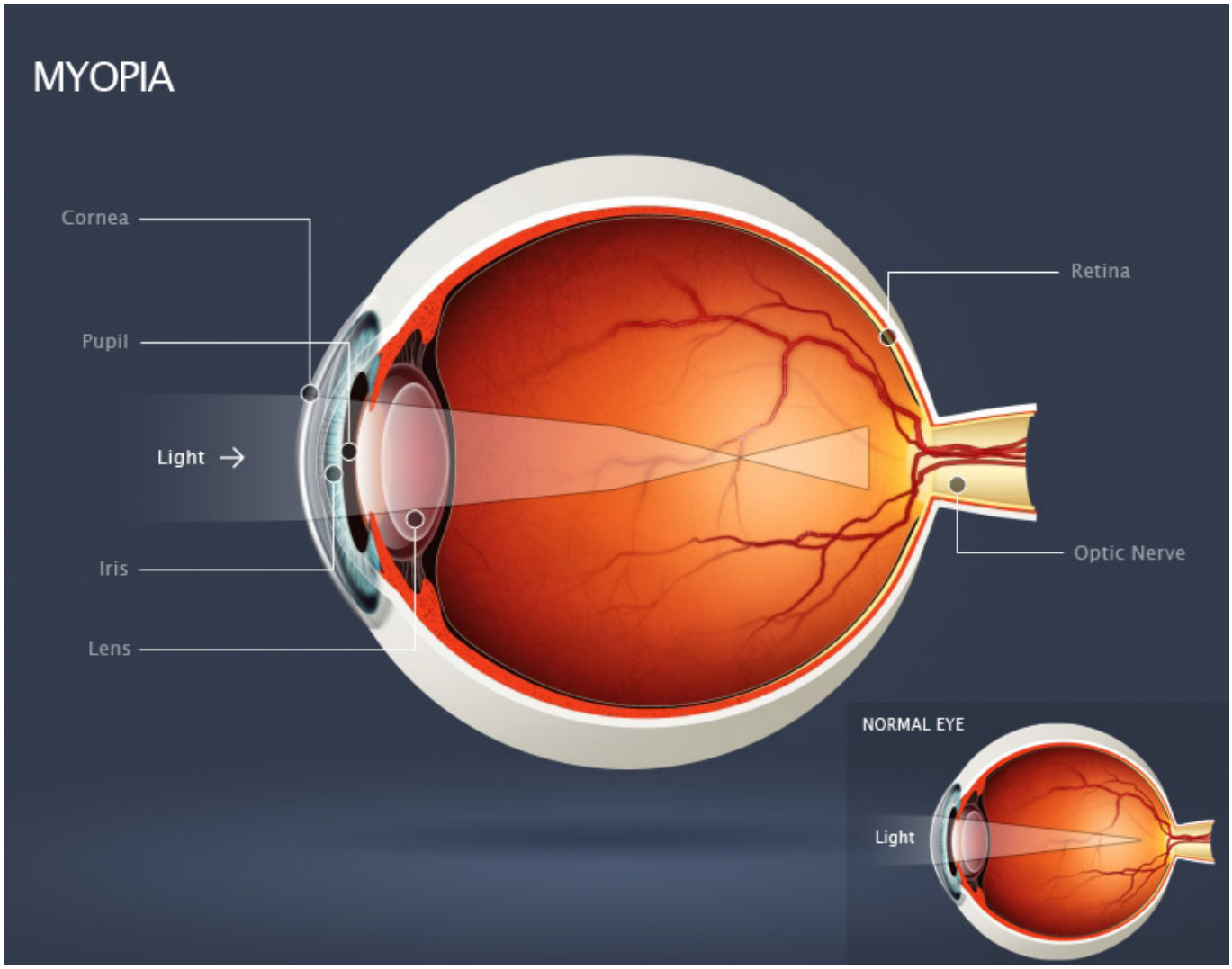
Baca Juga:Primebiz Hotel Cikarang dan Tipsy Runner Hadirkan "Pace & Vibes", Satukan Semangat Lari, Kesehatan, dan Kreativitas

## *Myopi* itu apa sih?

Myopi atau rabun jauh terjadi ketika mata gak mampu fokus pada objek yang jauh. Misalnya, pas mau baca tulisan di papan tulis atau liat nomor-nomor yang jauh, sering banget jadi buram dan nggak jelas. Dan kalau kamu ngeliat dengan jarak dekat malah lebih jelas.

Gak jarang *myopi* mulai muncul pada rentang usia sekitar 8-12 tahun. Pada usia tersebut, anak-anak biasanya udah mulai mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang cepat, termasuk pertumbuhan mata dan lensa di dalamnya. Kalau pertumbuhannya ngalamin suatu gangguan, maka bisa semakin memburuk seiring berjalannya waktu, bisa secara cepat atau pun lambat.

## Apa yang menyebabkan seseorang bisa memiliki *myopi*?




*eyewiki*

Baca Selanjutnya
Weekend Mau Kemana, Mau Makan Apa? 6 Kuliner Enak di Bandung