



PANAKEA VIRTUE

Panakea Health Matrix (PHM)

Catatan penting

Laporan ini merupakan hasil skrining mandiri berbasis kuesioner dan bukan diagnosis medis. Hasil bersifat edukatif dan perlu dikonfirmasi melalui pemeriksaan laboratorium serta konsultasi dokter.

Profil Pasien

NAMA
Devie

NOMOR TELEPON/HP
6281369640084

USIA
25-34

PERUSAHAAN/KOMUNITAS
-

JENIS KELAMIN
Perempuan

STATUS GIZI
IMT 31.2 / Obesitas II

STATUS PHM ANDA

Kategori: **P3**

kebugaran Rendah dan Risiko Tinggi



Perhatian: Indikasi PAR-Q Positif

Salah satu jawaban Anda pada bagian Aktivitas Fisik menandakan perlunya konsultasi dengan dokter sebelum melanjutkan atau meningkatkan intensitas aktivitas fisik. Hasil Anda otomatis dikategorikan Risiko Tinggi.

Interpretasi

Kondisi kebugaran Anda tergolong rendah dan disertai tingkat risiko kesehatan yang tinggi. Kombinasi ini memerlukan perhatian khusus serta evaluasi lebih lanjut oleh tenaga kesehatan agar faktor risiko dapat ditangani dan kondisi kebugaran dapat ditingkatkan secara aman.

Skrining Kesehatan Tambahan

Estimasi risiko awal berbasis faktor risiko dari literatur ilmiah, bukan hasil laboratorium.

Obesitas

Resiko Tinggi

- Konsultasikan ke dokter/ahli gizi untuk program penurunan berat badan terpandu
- Susun rencana makan terstruktur bersama dietisien
- Tingkatkan aktivitas fisik secara bertahap sesuai kemampuan
- Pertimbangkan pemeriksaan gula darah & profil lipid mengingat obesitas meningkatkan risiko metabolik

Diabetes Tipe 2

Resiko Tinggi

- Segera lakukan pemeriksaan gula darah puasa, TTGO, dan/atau HbA1c
- Konsultasikan ke dokter untuk evaluasi dan tata laksana lebih lanjut
- Terapkan pola makan rendah indeks glikemik dengan pendampingan ahli gizi
- Tingkatkan aktivitas fisik bertahap sesuai anjuran dokter

Kolesterol Tinggi

Resiko Tinggi

- Segera lakukan pemeriksaan profil lipid lengkap (kolesterol total, LDL, HDL, trigliserida)
- Konsultasikan ke dokter untuk evaluasi risiko kardiovaskular
- Terapkan perubahan pola makan signifikan dengan pendampingan ahli gizi
- Tingkatkan aktivitas fisik aerobik secara rutin dan konsisten

Asam Urat Tinggi

Resiko Tinggi

- Segera lakukan pemeriksaan kadar asam urat darah
- Konsultasikan ke dokter terutama bila pernah mengalami nyeri sendi mendadak
- Batasi ketat makanan tinggi purin dan alkohol
- Jaga berat badan ideal untuk menurunkan risiko serangan berulang

HUBUNGI PANAKEA VIRTUE

Call Center / WhatsApp: +62 811-8114-6323

virtue.panakea.id

[@panakeavirtue](https://www.instagram.com/panakeavirtue)