



# PANAKEA VIRTUE

Panakea Health Matrix — Wellness Screening Result

## Profil Pasien

NAMA

TESTING 28

JENIS KELAMIN

Laki-laki

DEPARTEMEN/DIVISI

PANAKEA

NOMOR TELEPON/HP

6281949016599

USIA

35-44

STATUS GIZI

IMT 27.3 / Obesitas I

## Skor PHM Anda

8

dari 100

Wellness Rendah × Risiko Tinggi = Anda berada pada kategori P3 - PRIORITY CARE

Disease Prevention & Management

W1  
PRIME

W2  
PERFORM

W3  
PREVENT

R1  
MAINTAIN

R2  
AWARE

R3  
ALERT

P1  
RECHARGE

P2  
RESET

P3  
PRIORITY CARE

### 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

Anda berada di kelompok paling kritis. Kombinasi risiko tinggi dan kualitas hidup (wellness) yang rendah memerlukan perhatian dan penanganan segera dari tim profesional.

### REKOMENDASI NUTRISI

Manajemen nutrisi klinis yang intensif (disease management), disusun dan dipantau langsung oleh dietisien/ dokter sesuai kondisi kesehatan Anda saat ini.

### REKOMENDASI LIFESTYLE

Home care/monitoring intensif, disertai dukungan program berhenti merokok bila relevan, serta pendampingan penuh dari tim kesehatan Panakea.

## Layanan Panakea yang Relevan

V-Konsul Dokter Spesialis

Post Hospital Care

Home Nursing

### PAKET PANAKEA MCU YANG COCOK UNTUK ANDA

Sangat direkomendasikan: MCU Metabo Check Complete / Cardio Risk (komprehensif) dan konsultasi dokter spesialis sesegera mungkin.

[Lihat paket MCU](#)

## Skrining Kesehatan Tambahan

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

### Obesitas

Tinggi

- Konsultasikan ke dokter/ahli gizi untuk program penurunan berat badan terpadu
- 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

Sedang

- Kurangi konsumsi gula dan karbohidrat olahan secara konsisten
- Tingkatkan aktivitas fisik aerobik rutin
- Pertahankan/turunkan berat badan menuju rentang ideal
- Lakukan pemeriksaan gula darah puasa/HbA1c secara berkala

### Kolesterol Tinggi

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

Sedang

- Batasi konsumsi makanan tinggi purin (jeroan, seafood, kaldu kental)
- Perbanyak minum air putih ( $\geq 2$  liter/hari)
- Hindari/batasi konsumsi alkohol
- Periksa kadar asam urat darah secara berkala

**Catatan penting:** Laporan ini merupakan hasil skrining risiko mandiri berbasis kuesioner dan bukan merupakan diagnosis medis. Skrining kolesterol dan asam urat pada laporan ini disusun berdasarkan faktor risiko dari literatur ilmiah dan bersifat edukatif. Untuk kepastian diagnosis, dianjurkan melakukan pemeriksaan laboratorium dan konsultasi dengan dokter untuk evaluasi lebih lanjut.

### HUBUNGI PANAKEA VIRTUE

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

[virtue.panakea.id](https://virtue.panakea.id)

@panakeavirtue