

No. MR	: PNK1760930552646046	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 October 2025
Lab ID	: 394	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 October 2025
Nama Pasien	: LE THI TUYET MAI	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 15-05-1961 / 64 Tahun 5 Bulan 6 Hari		
No. HP Pasien	: 6281384742450		
Alamat Pasien	: Metro Park Residence		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Sakit Kepala - 1-3 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: Metformin 500mg
Riwayat Penyakit Keluarga	: Dm
Konsumsi Obat Rutin	: Metformin 500mg
Alergi	: Vitamin B
Pola Makan	: 3xsehari
Kebiasaan Olahraga	: Tiap hari
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 136/75 mmHg
Nadi	: 74 x/menit
Napas	: 17 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.3°
Berat Badan	: 48 Kg
Tinggi Badan	: 150 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 21.3 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: - Cm
Pemeriksaan Fisik	: Tidak

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 21,3 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT 77,2 CM / LINGKAR PERUT IDEAL UNTUK WANITA < 80 CM
- PENURUNAN KOLESTEROL BAIK (HDL)
- TES TOLERANSI GLUKOSA ORAL (TTGO) TERGANGGU
- PENINGKATAN GLUKOSA PUASA
- PENINGKATAN HbA1c
- DIABETES MELITUS TIPE II

No. MR	: PNK1760930552646046	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 October 2025
Lab ID	: 394	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 October 2025
Nama Pasien	: LE THI TUYET MAI	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 15-05-1961 / 64 Tahun 5 Bulan 6 Hari		
No. HP Pasien	: 6281384742450		
Alamat Pasien	: Metro Park Residence		

MEDICAL REPORT

SARAN

PENINGKATAN GLUKOSA / GULA DARAH

- Pola makan sehat: Perbanyak sayur, buah, dan serat, serta kurangi makanan manis dan minuman kemasan.
- Olahraga rutin: Lakukan jalan kaki, bersepeda, atau berenang secara teratur sesuai kemampuan.
- Kepatuhan obat: Minum obat sesuai resep dokter, termasuk penggunaan insulin bila diperlukan.
- Atur stres & tidur cukup: Kendalikan stres dan usahakan tidur 7 - 8 jam setiap hari.
- Pemantauan gula darah: Lakukan pemeriksaan kadar gula darah secara berkala.
- Berhenti merokok: Rokok dapat memperburuk kondisi diabetes.
- Batasi alkohol: Alkohol dapat mengganggu pengobatan dan kestabilan gula darah.
- Perawatan luka: Segera obati luka agar tidak infeksi, karena proses penyembuhan lebih lambat pada diabetes.

KADAR LEMAK DALAM DARAH TIDAK SEIMBANG

- Olahraga: Jalan cepat, bersepeda, atau berenang 30 menit / hari, 4 - 6x / minggu dan latihan otot 2x / minggu.
- Makan sehat: Perbanyak buah, sayur, biji-bijian utuh, ikan, daging tanpa lemak.
- Kurangi: Gorengan, fast food, makanan tinggi kolesterol.
- Serat dan sterol: Konsumsi oatmeal, buah, atau produk tinggi sterol untuk bantu turunkan kolesterol.
- Berhenti merokok dapat menurunkan risiko penyumbatan pembuluh darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL).

CATATAN

- Sindrom Metabolik merupakan sekumpulan gangguan pada tubuh yang saling berkaitan dan dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya penyakit jantung, stroke, maupun diabetes. Kondisi ini ditandai oleh beberapa hal yang muncul bersamaan, apabila seseorang memiliki tiga atau lebih dari tanda - tanda di bawah ini, maka dapat dikatakan mengalami sindrom metabolik seperti:
 1. Penumpukan lemak di area perut (lingkar perut meningkat)
 2. Tekanan darah tinggi
 3. Kadar gula darah meningkat
 4. Kolesterol baik (HDL) rendah
 5. Trigliserida (lemak darah) tinggi

No. MR	:	PNK1760930552646046	Tanggal Pengambilan Sampel	:	21 October 2025
Lab ID	:	394	Tanggal Pengiriman Hasil	:	21 October 2025
Nama Pasien	:	LE THI TUYET MAI	Dokter Penanggung jawab	:	DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	:	Female			
Tanggal Lahir/Umur	:	15-05-1961 / 64 Tahun 5 Bulan 6 Hari			
No. HP Pasien	:	6281384742450			
Alamat Pasien	:	Metro Park Residence			

MEDICAL REPORT



DERRYL FALARY