

No. MR	: PNK1760934145139053	Tanggal Pengambilan Sampel	: 23 October 2025
Lab ID	: 396	Tanggal Pengiriman Hasil	: 23 October 2025
Nama Pasien	: CHRISTIANA MEYTA	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 18-05-1975 / 50 Tahun 5 Bulan 5 Hari		
No. HP Pasien	: 6282218991975		
Alamat Pasien	: Gedung pharos, jln limo no 40		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Sakit Kepala - 1-3 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: Amlodipine
Riwayat Penyakit Keluarga	: Family Dm , pasien (hipertensi)
Konsumsi Obat Rutin	: Amlodipine
Alergi	: "
Pola Makan	: 1-2x
Kebiasaan Olahraga	: 1x
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 133/83 mmHg
Nadi	: 83 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 96%
Suhu	: 36.5°
Berat Badan	: 76 Kg
Tinggi Badan	: 165 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 27.9 / Obesitas
Lingkar Perut	: 91 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Baik

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 27.9 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT 91 CM / OBESITAS SENTRAL / PENUMPUKAN LEMAK DI PERUT. LINGKAR PERUT IDEAL UNTUK WANITA < 80 CM
- PENURUNAN KOLESTEROL BAIK (HDL)
- HIPERTENSI TERKONTROL

SARAN

INDEKS MASSA TUBUH OBESITAS

- IMT > 27,0 kg/m²

No. MR	: PNK1760934145139053	Tanggal Pengambilan Sampel	: 23 October 2025
Lab ID	: 396	Tanggal Pengiriman Hasil	: 23 October 2025
Nama Pasien	: CHRISTIANA MEYTA	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 18-05-1975 / 50 Tahun 5 Bulan 5 Hari		
No. HP Pasien	: 6282218991975		
Alamat Pasien	: Gedung pharos, jln limo no 40		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Makan teratur, perbanyak sayur & buah, batasi gorengan / fast food / minuman manis.
- Hindari makan sebelum tidur.
- Makan perlahan, gunakan piring kecil, catat makan dan berat badan.
- Olahraga 30 menit, 3 - 5x / minggu dan aktivitas ringan.
- Rutin cek tekanan darah, gula, dan kolesterol

HIPERTENSI / TEKANAN DARAH TINGGI

- Kendalikan Hipertensi dengan gerakan PATUH
- P = Periksa rutin tekanan darah & ikuti anjuran dokter
- A = Atasi dengan obat sesuai resep, jangan putus/ganti sendiri
- T = Tetap makan sehat, kurangi garam, minyak & makanan instan
- U = Upayakan aktif, olahraga ringan-sedang secara teratur
- H = Hindari rokok, alkohol, dan zat berbahaya berbahaya lain yang bisa merusak tubuh

CATATAN

- Obat darah tinggi perlu diminum teratur sesuai anjuran dokter. Jangan menghentikan, mengubah dosis, atau mengganti obat sendiri. Lakukan kontrol rutin agar kondisi Anda tetap terpantau dengan baik.
- 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	: PNK1760934145139053	Tanggal Pengambilan Sampel	: 23 October 2025
Lab ID	: 396	Tanggal Pengiriman Hasil	: 23 October 2025
Nama Pasien	: CHRISTIANA MEYTA	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 18-05-1975 / 50 Tahun 5 Bulan 5 Hari		
No. HP Pasien	: 6282218991975		
Alamat Pasien	: Gedung pharos, jln limo no 40		

MEDICAL REPORT



DERRYL FALARY