

No. MR	: PNK1762232715721082	Tanggal Pengambilan Sampel	: 08 November 2025
Lab ID	: 446	Tanggal Pengiriman Hasil	: 09 November 2025
Nama Pasien	: ZAINAL WALIDIN	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Male		
Tanggal Lahir/Umur	: 06-11-1946 / 79 Tahun 0 Bulan 3 Hari		
No. HP Pasien	: 628161833250		
Alamat Pasien	: Kalibata timur 4 E no 4		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Diabetes - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: Diamicron,bisoprolol,jardiance,lipitor,prorenal
Riwayat Penyakit Keluarga	: Dm, pasang stand jantung
Konsumsi Obat Rutin	: Diamicron,bisoprolol,jardiance,lipitor,prorenal
Alergi	: Penicillin
Pola Makan	: 3x
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu 3x sepeda
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: 10 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 122/65 mmHg
Nadi	: 71 x/menit
Napas	: 13 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.4°
Berat Badan	: 78 Kg
Tinggi Badan	: 174 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 25.8 / Berat badan berlebih (Overweight)
Lingkar Perut	: - Cm
Pemeriksaan Fisik	: -

KESIMPULAN

- INDEKS MASSA TUBUH / IMT 25.8 (OVERWEIGHT)
- PENINGKATAN UREUM
- PENINGKATAN CREATININ
- PENURUNAN eGFR
- PENURUNAN KOLESTEROL BAIK (HDL)
- DIABETES MELITUS TIPE II

SARAN

INDEKS MASSA TUBUH BB BERLEBIH / OVERWEIGHT

- IMT 25,0 - 27,0 kg/m²

No. MR	: PNK1762232715721082	Tanggal Pengambilan Sampel	: 08 November 2025
Lab ID	: 446	Tanggal Pengiriman Hasil	: 09 November 2025
Nama Pasien	: ZAINAL WALIDIN	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Male		
Tanggal Lahir/Umur	: 06-11-1946 / 79 Tahun 0 Bulan 3 Hari		
No. HP Pasien	: 628161833250		
Alamat Pasien	: Kalibata timur 4 E no 4		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Makan buah dan sayur setiap hari
- Batasi makanan olahan / tinggi kalori
- Pilih karbohidrat kompleks dan protein sehat
- Minum cukup air putih
- Olahraga rutin 30 menit, 3 - 5 kali / minggu
- Turunkan berat badan 0,5 - 1 kg / minggu
- Tidur cukup 7 - 9 jam, hindari makan sebelum tidur

PENINGKATAN UREUM / KREATININ / FUNGSI GINJAL

- Cairan: Minum cukup air sesuai anjuran dokter, konsultasikan terlebih dahulu.
- Protein: Batasi konsumsi protein sesuai kondisi ginjal.
- Serat: Perbanyak makan buah, sayur, dan makanan tinggi serat.
- Gaya hidup: Hindari merokok dan batasi alkohol.
- Pemeriksaan: Lakukan cek ureum dan kreatinin secara berkala untuk memantau fungsi ginjal.
- Konsultasi: Rutin periksa ke dokter untuk evaluasi dan penanganan yang tepat.

BEBERAPA PENYEBAB PENINGKATAN UREUM DAN KREATININ

- Penyakit ginjal: Gangguan ginjal kronis sering jadi penyebab utama.
- Dehidrasi: Kurang cairan membuat fungsi ginjal menurun.
- Obat-obatan: Beberapa jenis obat bisa memberi efek samping pada ginjal.
- Penyakit lain: Diabetes dan tekanan darah tinggi juga dapat merusak ginjal.

DIABETES MELITUS TIPE II

- 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.

No. MR	: PNK1762232715721082	Tanggal Pengambilan Sampel	: 08 November 2025
Lab ID	: 446	Tanggal Pengiriman Hasil	: 09 November 2025
Nama Pasien	: ZAINAL WALIDIN	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Male		
Tanggal Lahir/Umur	: 06-11-1946 / 79 Tahun 0 Bulan 3 Hari		
No. HP Pasien	: 628161833250		
Alamat Pasien	: Kalibata timur 4 E no 4		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Perawatan luka: Segera obati luka agar tidak infeksi, karena proses penyembuhan lebih lambat pada diabetes.

CATATAN

- KONSULTASIKAN KONDISI KESEHATAN ANDA DENGAN DOKTER SPESIALIS PENYAKIT DALAM
- Hasil menunjukkan adanya berat badan berlebih dan gangguan fungsi ginjal ringan hingga sedang, kemungkinan terkait dengan kondisi diabetes yang sudah ada. Rendahnya kadar kolesterol baik (HDL) juga meningkatkan risiko gangguan jantung dan pembuluh darah.
- 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



DERRYL FALARY