

No. MR	: PNK20251100032	Tanggal Pengambilan Sampel	: 17 November 2025
Nama Pasien	: GATOT SUBAGIO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 17 November 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 23 Januari 1965 / 60 Tahun 9 Bulan 25 Hari		
No. HP Pasien	: 628170034444		
Alamat Pasien	: Jl Damai Buntu No. 41 A		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: Myasthenia Gravis
Riwayat Penyakit Keluarga	: Dm
Konsumsi Obat Rutin	: Mestinon, Valsartan
Alergi	: Penisilin
Pola Makan	: 3x1
Kebiasaan Olahraga	: 3-4x renang
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 142/100 mmHg
Nadi	: 83 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.4°
Berat Badan	: 77 Kg
Tinggi Badan	: 173 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 25.7 / Berat badan berlebih (Overweight)
Lingkar Perut	: 98 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Baik

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 25.7 (OVERWEIGHT)
- LINGKAR PERUT 98 CM (IDEAL UNTUK PRIA < 90 CM)
- HIPERTENSI (ON VALSARTAN)
- MYASTHENIA GRAVIS (ON MESTINON)
- PENURUNAN KOLESTEROL BAIK (HDL)
- PENINGKATAN KOLESTEROL JAHAT (LDL)

SARAN

POLA MAKAN SEHARI HARI

- Usahakan turun 3 - 5 kg dalam 3 bulan untuk mengurangi lemak perut.

No. MR	: PNK20251100032	Tanggal Pengambilan Sampel	: 17 November 2025
Nama Pasien	: GATOT SUBAGIO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 17 November 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 23 Januari 1965 / 60 Tahun 9 Bulan 25 Hari		
No. HP Pasien	: 628170034444		
Alamat Pasien	: Jl Damai Buntu No. 41 A		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Kurangi: Gorengan, Makanan bersantan, Daging berlemak dan kulit ayam, Makanan cepat saji, Kue, roti manis, dan minuman manis.
- Perbanyak: Sayur dan buah setiap hari, Ikan (sarden, tuna, salmon), Kacang-kacangan, Alpukat & minyak zaitun.
- Minum air putih lebih banyak, kurangi minuman manis.

AKTIVITAS FISIK

- Jalan cepat atau olahraga ringan 30 menit per hari, minimal 5 hari/minggu.
- Latihan kekuatan (dengan beban ringan) 2 kali seminggu.
- Untuk Myasthenia Gravis: hindari kelelahan berlebihan, lakukan olahraga secara bertahap.

TEKANAN DARAH

- Lanjutkan minum Valsartan sesuai anjuran dokter.
- Cek tekanan darah 2 - 3 kali seminggu.
- Bila tekanan darah sering diatas 140/90, segera kontrol ulang.

KOLESTEROL

- Bila dalam 3 bulan kolesterol tidak membaik, kemungkinan perlu obat tambahan (misalnya statin) sesuai penilaian dokter.

CEGAH DIABETES

- Karena ada riwayat keluarga, lakukan pemeriksaan gula darah secara berkala (gula puasa dan HbA1c).
- Kurangi makanan/minuman manis seperti teh manis, kopi gula, kue, roti putih, dan minuman kemasan.

MYASTHENIA GRAVIS

- Tetap minum Mestinon sesuai jadwal.
- Hindari obat tertentu tanpa konsultasi, karena beberapa obat bisa memperburuk kelemahan otot.

KONTROL RUTIN

- Kontrol kesehatan rutin, atau lebih cepat bila muncul: Sesak / napas terasa berat, Cepat capek berlebihan, Nyeri dada, Kelemahan otot yang tiba - tiba bertambah.

No. MR	: PNK20251100032	Tanggal Pengambilan Sampel	: 17 November 2025
Nama Pasien	: GATOT SUBAGIO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 17 November 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 23 Januari 1965 / 60 Tahun 9 Bulan 25 Hari		
No. HP Pasien	: 628170034444		
Alamat Pasien	: Jl Damai Buntu No. 41 A		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Pasien memiliki kombinasi risiko metabolik: obesitas sentral, dislipidemia (HDL rendah dan LDL meningkat), hipertensi, dan riwayat keluarga diabetes.
- Kondisi ini termasuk dalam spektrum Metabolic Syndrome, sehingga perlu intervensi gaya hidup yang serius serta evaluasi berkala.
- Penggunaan obat Valsartan dan Mestilon tetap dilanjutkan sesuai anjuran dokter yang menangani.
- Perubahan profil lemak perlu mendapat perhatian karena dapat meningkatkan risiko penyakit jantung koroner.
- Perlu pemantauan berkala fungsi hati, ginjal, kolesterol, dan gula darah setiap 3 - 6 bulan.



DERRYL FALARY