

No. MR	: PNK20251200002	Tanggal Pengambilan Sampel	: 06 December 2025
Nama Pasien	: IRAWANTI IMANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 07 December 2025
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 24 April 1957 / 68 Tahun 7 Bulan 13 Hari		
No. HP Pasien	: 628159960355		
Alamat Pasien	: Green Ville blok H no.31, Kelurahan Duri Kepa		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: DM, jantung
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 2x
Kebiasaan Olahraga	: Senam setiap hari
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: Terakhir makan jam 8 mlm

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 121/83 mmHg
Nadi	: 77 x/menit
Napas	: 13 x/menit
Saturasi Oksigen	: 96%
Suhu	: 36.7°
Berat Badan	: 51 Kg
Tinggi Badan	: 150 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 22.7 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 1 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fit

KESIMPULAN

- IMT/ INDEKS MASSA TUBUH 22.7 (DALAM BATAS NORMAL)
- TANDA-TANDA VITAL DALAM BATAS NORMAL
- PEMERIKSAAN LABORATORIUM DALAM BATAS NORMAL

SARAN

CEGAH HIPERTENSI DAN DIABETES MELITUS DENGAN CERDIK

- C = Cek kesehatan rutin (tekanan darah, gula, kolesterol, berat badan)
- E = Enyahkan rokok (hindari asap rokok untuk jaga jantung dan paru)
- R = Rajin olahraga seperti jalan kaki, senam, bersepeda, berenang (30 menit/hari, 5x / minggu)

No. MR	: PNK20251200002	Tanggal Pengambilan Sampel	: 06 December 2025
Nama Pasien	: IRAWANTI IMANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 07 December 2025
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 24 April 1957 / 68 Tahun 7 Bulan 13 Hari		
No. HP Pasien	: 628159960355		
Alamat Pasien	: Green Ville blok H no.31, Kelurahan Duri Kepa		

MEDICAL REPORT

SARAN

- D = Diet seimbang (lebih banyak buah dan sayur, batasi gula maksimal 4 sdm/hari, garam maksimal 1 sdt/hari, lemak/minyak maksimal 5 sdm/hari), hindari makanan/minuman manis, bersoda, makanan olahan tinggi natrium (sosis, ikan asin, kornet)
- I = Istirahat cukup (tidur 7 - 8 jam / malam)
- K = Kelola stres (relaksasi dan lakukan hal yang menyenangkan)

CATATAN

- Saat ini kondisi ibu dalam keadaan sehat. Pertahankan pola hidup sehat dan olahraga secara rutin. Setelah melewati usia 40 tahun, pemeriksaan kesehatan sebaiknya dilakukan secara rutin minimal sekali dalam setahun. Hal ini penting untuk mengantisipasi risiko penyakit kronis seperti tekanan darah tinggi, diabetes, kolesterol tinggi, asam urat tinggi dan gangguan jantung, agar dapat terdeteksi lebih awal dan segera ditangani. Jenis pemeriksaan sebaiknya disesuaikan dengan usia, riwayat kesehatan, serta arahan dokter.



DERRYL FALARY