

No. MR	: PNK20251000047	Tanggal Pengambilan Sampel	: 03 December 2025
Nama Pasien	: TAN TJUI HOK	Tanggal Pengiriman Hasil	: 04 December 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 26 Januari 1956 / 69 Tahun 10 Bulan 8 Hari		
No. HP Pasien	: 628982818518		
Alamat Pasien	: apotek seni budaya. jln seni budaya raya no 2a jelambar baru, grogol petamburan, jakarta barat		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Tidak
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 3x1
Kebiasaan Olahraga	: Setiap hari di rumah jalan dan pemanasan
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Ada
Puasa	: Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 167/96 mmHg
Nadi	: 69 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 97%
Suhu	: 36.6°
Berat Badan	: 63 Kg
Tinggi Badan	: 170 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 21.8 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 91 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Kaki betis sakit

KESIMPULAN

- IMT/ INDEKS MASSA TUBUH 21.8 (DALAM BATAS NORMAL)
- LINGKAR PERUT 91 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI < 90 CM)
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH 167/96 (RIWAYAT HIPERTENSI ON ANTI HIPERTENSI)
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL DAN KOLESTEROL LDL

SARAN

KENDALIKAN HIPERTENSI / TEKANAN DARAH TINGGI DENGAN PATUH

- P = Periksa rutin tekanan darah & ikuti anjuran dokter

No. MR	: PNK20251000047	Tanggal Pengambilan Sampel	: 03 December 2025
Nama Pasien	: TAN TJUI HOK	Tanggal Pengiriman Hasil	: 04 December 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 26 Januari 1956 / 69 Tahun 10 Bulan 8 Hari		
No. HP Pasien	: 628982818518		
Alamat Pasien	: apotek seni budaya. jln seni budaya raya no 2a jelambar baru, grogol petamburan, jakarta barat		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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

KADAR LEMAK DALAM DARAH TIDAK SEIMBANG

- Olahraga: Jalan cepat, bersepeda statis, atau berenang 30 menit/hari, dengan frekuensi 4-6x/minggu.
- Makan sehat: Perbanyak buah, sayur, biji-bijian utuh, ikan, daging tanpa lemak.
- Kurangi: Gorengan, fast food, makanan tinggi kolesterol seperti daging kambing, daging sapi, kuning telur, udang, santan, mentega, keju, jeroan .
- 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).

KELUHAN NYERI BETIS

- Istirahat yang cukup, kurangi aktivitas berat dan rutin melakukan peregangan betis ringan.
- Gunakan alas kaki yang nyaman dan hindari sepatu keras/sandal tipis.
- Perbaiki posisi duduk dan hindari duduk terlalu lama. Setiap 1 jam berdiri dan meluruskan kedua kaki.

CATATAN

- Untuk penanganan Hipertensi, obat darah tinggi perlu diminum teratur sesuai anjuran dokter. Jangan menghentikan, mengubah dosis, atau mengganti obat sendiri. Lakukan kontrol rutin minimal 1 bulan sekali agar kondisi Anda tetap terpantau dengan baik.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar lemak darah sedikit di atas normal. Kondisi ini perlu dipantau dengan mengatur pola makan rendah kolesterol dan sebaiknya mulai diperbaiki dengan pola hidup sehat agar tetap terkontrol. Penggunaan obat kolesterol harus dengan resep dokter.
- Jika nyeri betis tidak membaik >2-3 hari konsultasikan pada dokter untuk pemberian terapi lebih lanjut.

No. MR	: PNK20251000047	Tanggal Pengambilan Sampel	: 03 December 2025
Nama Pasien	: TAN TJUI HOK	Tanggal Pengiriman Hasil	: 04 December 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 26 Januari 1956 / 69 Tahun 10 Bulan 8 Hari		
No. HP Pasien	: 628982818518		
Alamat Pasien	: apotek seni budaya. jln seni budaya raya no 2a jelambar baru, grogol petamburan, jakarta barat		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hindari konsumsi alkohol karena dapat meningkatkan tekanan darah, lemak darah dan mengganggu kerja obat.



DERRYL FALARY