

No. MR	: PNK20251200015	Tanggal Pengambilan Sampel	: 20 December 2025
Nama Pasien	: HANNY SJAIMUDIN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 22 December 2025
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 19 Januari 1985 / 40 Tahun 11 Bulan 3 Hari		
No. HP Pasien	: 6281282229372		
Alamat Pasien	: Citra 1 Ext AC2/3R Kalideres		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Sakit Kepala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Kanker paru-paru, kanker payudara dan jantung
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: puasa intermiten, makan 2 kali sehari Senin -jumat, Sabtu Minggu makan 1 kali sehari
Kebiasaan Olahraga	: 5 kali seminggu
Riwayat Merokok	: Tidak pernah
Riwayat Konsumsi Alkohol	: 4 bulan yang lalu
Puasa	: Puasa, terakhir makan jam 12 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 107/73 mmHg
Nadi	: 68 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.6°
Berat Badan	: 53.6 Kg
Tinggi Badan	: 155 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 22.3 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 66 Cm
Pemeriksaan Fisik	: fisik normal, penglihatan dan pendengaran normal

KESIMPULAN

- IMT/ INDEKS MASSA TUBUH 22.3 (NORMOWEIGHT)
- LINGKAR PERUT 66.CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI<90 CM/ WANITA <80 CM)
- SUARA JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN KREATININ
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL

SARAN

PENURUNAN FUNGSI GINJAL/ PENINGKATAN KREATININ

- Cairan: Minum cukup air sesuai anjuran dokter, konsultasikan terlebih dahulu.
- Protein: Batasi konsumsi protein sesuai kondisi ginjal.

No. MR	: PNK20251200015	Tanggal Pengambilan Sampel	: 20 December 2025
Nama Pasien	: HANNY SJAIMUDIN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 22 December 2025
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 19 Januari 1985 / 40 Tahun 11 Bulan 3 Hari		
No. HP Pasien	: 6281282229372		
Alamat Pasien	: Citra 1 Ext AC2/3R Kalideres		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Serat: Perbanyak makan buah, sayur, dan makanan tinggi serat.
- Gaya hidup: Hindari paparan asap rokok 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.

KADAR LEMAK DALAM DARAH TIDAK SEIMBANG

- Olahraga: Jalan cepat, bersepeda statis, atau berenang 30 menit/hari, dengan frekuensi 4-6x/minggu dan latihan otot 2x / 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.
- Hindari asap rokok untuk menurunkan risiko penyumbatan pembuluh darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL).

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar lemak darah (kolesterol total) mengalami peningkatan. 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.
- Hal yang dapat menyebabkan peningkatan kreatinin/penurunan eGFR yaitu Penyakit ginjal: Gangguan ginjal kronis/ Dehidrasi: Kurang cairan membuat fungsi ginjal menurun/ Penyakit lain: Diabetes dan tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol juga dapat merusak ginjal.
- Konsultasikan kondisi anda ke Dokter untuk penanganan lebih lanjut.



Christiena Ova