

No. MR	: PNK20251200029	Tanggal Pengambilan Sampel	: 29 December 2025
Nama Pasien	: DENNY FAISAL	Tanggal Pengiriman Hasil	: 02 January 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 25 Oktober 1990 / 35 Tahun 2 Bulan 8 Hari		
No. HP Pasien	: 628551869582		
Alamat Pasien	: Jl.Daan Mogot KM.10 NO.46 RT.6/3 Kedaung Kaliangke		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Diabetes dan hipertensi
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: Tidak ada
Pola Makan	: Sehari 3x
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu 1x
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: Puasa terakhir makan jam 10 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 128/87 mmHg
Nadi	: 81 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.4°
Berat Badan	: 54.9 Kg
Tinggi Badan	: 167 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 19.7 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 74 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Tenggorokan gatal

KESIMPULAN

- IMT/ INDEKS MASSA TUBUH 19.7 (NORMOWEIGHT)
- LINGKAR PERUT 74 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI<90 CM/ WANITA <80 CM)
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH
- PENINGKATAN KREATININ
- PENINGKATAN ASAM URAT
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL
- PENINGKATAN EOSINOFIL

No. MR	: PNK20251200029	Tanggal Pengambilan Sampel	: 29 December 2025
Nama Pasien	: DENNY FAISAL	Tanggal Pengiriman Hasil	: 02 January 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 25 Oktober 1990 / 35 Tahun 2 Bulan 8 Hari		
No. HP Pasien	: 628551869582		
Alamat Pasien	: Jl.Daan Mogot KM.10 NO.46 RT.6/3 Kedaung Kaliangke		

MEDICAL REPORT

SARAN

CEGAH HIPERTENSI DENGAN CERDIK

- C = Cek kesehatan rutin (pemantauan tekanan darah, keteraturan denyut nadi, IMT, serta pemeriksaan kadar gula darah dan kolesterol)
- E = Enyahkan rokok (berhenti merokok/hindari paparan asap rokok untuk jaga jantung dan paru)
- R = Rajin olahraga/ aktifitas fisik dapat dilakukan selama minimal 30 menit per hari dengan frekuensi 5 kali per minggu (150 menit per minggu)
- D = Diet sehat dan seimbang; konsumsi buah & sayur 5 porsi/hari, batasi gula maksimal 4 sdm/hari, garam maks 1 sdt/hari, lemak/minyak maks 5 sdm/hari, kurangi makanan tinggi gula (permen, minuman manis bersoda, kue basah, es krim, dan kue kering), garam tinggi (keripik kentang, kacang asin, keju, panganan kemasan, dan buah kering), lemak (pilih daging tanpa lemak, ikan, unggas, kacang kering, dan kacang polong sebagai sumber protein), kurangi jeroan dan gunakan produk susu rendah lemak.
- I = Istirahat cukup (tidur 7 - 8 jam / malam)
- K = Kelola stres (relaksasi dan lakukan hal yang menyenangkan)

PENURUNAN FUNGSI GINJAL/ PENINGKATAN KREATININ

- 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 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.

PENINGKATAN ASAM URAT / HIPERURISEMIA

- Asam urat tinggi dapat menyebabkan nyeri sendi dan batu ginjal.
- Batasi konsumsi jeroan, daging merah, seafood, minuman manis, dan alkohol.
- Pilih makanan sehat seperti susu rendah lemak, sayur, buah, dan kacang.
- Minum air putih cukup (8 - 12 gelas / hari) untuk membantu pembuangan asam urat.
- Terapkan gaya hidup sehat: kendalikan berat badan, hindari alkohol, dan olahraga ringan.
- Konsultasi rutin dengan dokter atau ahli gizi untuk pola makan dan terapi yang tepat.
- Lakukan pemeriksaan berkala untuk mencegah komplikasi.

KADAR LEMAK DALAM DARAH TIDAK SEIMBANG

No. MR	: PNK20251200029	Tanggal Pengambilan Sampel	: 29 December 2025
Nama Pasien	: DENNY FAISAL	Tanggal Pengiriman Hasil	: 02 January 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 25 Oktober 1990 / 35 Tahun 2 Bulan 8 Hari		
No. HP Pasien	: 628551869582		
Alamat Pasien	: Jl.Daan Mogot KM.10 NO.46 RT.6/3 Kedaung Kaliangke		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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 tekanan darah, kadar lemak darah dan asam urat mengalami peningkatan, serta penurunan fungsi ginjal. Kondisi ini perlu dikonsultasikan ke Dokter Spesialis Penyakit Dalam dan dipantau dengan mengatur gaya hidup. Penggunaan obat harus dengan resep dokter.
- Hal yang dapat menyebabkan peningkatan kreatinin yaitu Penyakit ginjal: Gangguan ginjal kronis/ Dehidrasi: Kurang cairan membuat fungsi ginjal menurun/ Penyakit lain: Diabetes, asam urat dan tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol juga dapat merusak ginjal.
- Peningkatan eosinofil dapat terjadi karena alergi, infeksi cacing/parasit, atau reaksi tubuh terhadap kondisi tertentu, dan umumnya dapat dipantau serta ditangani dengan pemeriksaan lanjutan bila diperlukan. Disarankan evaluasi dan kontrol lanjutan sesuai indikasi klinis.



Christiena Ova