

|                    |                               |                            |                    |
|--------------------|-------------------------------|----------------------------|--------------------|
| No. MR             | : PNK20251200010              | Tanggal Pengambilan Sampel | : 06 February 2026 |
| Nama Pasien        | : LILYKAMALIA                 | Tanggal Pengiriman Hasil   | : 09 February 2026 |
| Jenis Kelamin      | : Female                      | Dokter Penanggung jawab    | : Christiena Ova   |
| Tanggal Lahir/Umur | : 27 November 1950 / 75 Tahun |                            |                    |
|                    | 2 Bulan 13 Hari               |                            |                    |
| No. HP Pasien      | : 6287786674950               |                            |                    |
| Alamat Pasien      | : Jl kemang VI no 18 a rt 012 |                            |                    |
|                    | rw 002 bangka mampang         |                            |                    |
|                    | prapatan jakarta selatan      |                            |                    |

## MEDICAL REPORT

### ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

|                           |                                    |
|---------------------------|------------------------------------|
| Riwayat Penyakit Sekarang | : Kejang - Tidak Mengalami Keluhan |
| Riwayat Penyakit Dahulu   | : Dimensia                         |
| Riwayat Penyakit Keluarga | : Diabetes                         |
| Konsumsi Obat Rutin       | : Neorobion, atorsinfatin          |
| Alergi                    | : Tidak ada                        |
| Pola Makan                | : 2x                               |
| Kebiasaan Olahraga        | : Tidak dapat melakukan aktivitas  |
| Riwayat Merokok           | : -                                |
| Riwayat Konsumsi Alkohol  | : -                                |
| Puasa                     | : 7 malam                          |

### TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

|                          |                                 |
|--------------------------|---------------------------------|
| Tekanan Darah            | : 133/92 mmHg                   |
| Nadi                     | : 79 x/menit                    |
| Napas                    | : 16 x/menit                    |
| Saturasi Oksigen         | : 95%                           |
| Suhu                     | : 36.5°                         |
| Berat Badan              | : 53 Kg                         |
| Tinggi Badan             | : 158 Cm                        |
| IMT / Indeks Massa Tubuh | : 21.2 / Berat badan normal     |
| Lingkar Perut            | : 1 Cm                          |
| Pemeriksaan Fisik        | : Tgl 29 demam, diare masuk ugd |

### KESIMPULAN

- IMT/ INDEKS MASSA TUBUH 21.2 (NORMAL)
- SUARA JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH
- DIABETES/ PENINGKATAN GLUKOSA DARAH PUASA
- PENINGKATAN GLUKOSA TTGO O JAM DAN 2 JAM
- HEMATOLOGI LENGKAP DALAM BATAS NORMAL

|                    |                               |                            |                    |
|--------------------|-------------------------------|----------------------------|--------------------|
| No. MR             | : PNK20251200010              | Tanggal Pengambilan Sampel | : 06 February 2026 |
| Nama Pasien        | : LILYKAMALIA                 | Tanggal Pengiriman Hasil   | : 09 February 2026 |
| Jenis Kelamin      | : Female                      | Dokter Penanggung jawab    | : Christiena Ova   |
| Tanggal Lahir/Umur | : 27 November 1950 / 75 Tahun |                            |                    |
|                    | 2 Bulan 13 Hari               |                            |                    |
| No. HP Pasien      | : 6287786674950               |                            |                    |
| Alamat Pasien      | : Jl kemang VI no 18 a rt 012 |                            |                    |
|                    | rw 002 bangka mampang         |                            |                    |
|                    | prapatan jakarta selatan      |                            |                    |

## 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), karena pasien saat ini tirah baring maka disarankan keluarga dapat membantu pasien bergerak secara aktif dan pasif.
- 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)

#### DIABETES/ PENINGKATAN GLUKOSA DARAH

- Pola makan sehat: Batasi karbohidrat kompleks seperti nasi, lontong, roti, ketan dan hindari konsumsi gula pasir, gula jawa, sirup, manisan, dodol, es krim, minuman kemasan, kue-kue manis, susu kental manis. Perbanyak sayur, buah, dan makanan tinggi serat.
- Kepatuhan obat: Minum obat sesuai resep dokter, termasuk penggunaan insulin bila diperlukan.
- Atur stres & tidur cukup: Kendalikan stres dan usahakan tidur 7 - 8 jam setiap hari.
- Pemantauan gula darah: Lakukan pemeriksaan kadar gula darah secara berkala minimal 2 minggu sekali untuk pemantauan keberhasilan terapi.
- Berhenti/hindari asap rokok: Rokok dapat memperburuk kondisi diabetes.
- Batasi alkohol: Alkohol dapat mengganggu pengobatan dan kestabilan gula darah.
- Perawatan luka: Segera obati luka agar tidak infeksi, karena proses penyembuhan lebih lambat pada diabetes.

#### LATIHAN FISIK PADA KONDISI TIRAH BARING

- Perubahan posisi setiap 2 jam sekali (miring kanan-kiri-telentang).

|                    |                                                                                    |                            |                    |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------------------|
| No. MR             | : PNK20251200010                                                                   | Tanggal Pengambilan Sampel | : 06 February 2026 |
| Nama Pasien        | : LILYKAMALIA                                                                      | Tanggal Pengiriman Hasil   | : 09 February 2026 |
| Jenis Kelamin      | : Female                                                                           | Dokter Penanggung jawab    | : Christiena Ova   |
| Tanggal Lahir/Umur | : 27 November 1950 / 75 Tahun<br>2 Bulan 13 Hari                                   |                            |                    |
| No. HP Pasien      | : 6287786674950                                                                    |                            |                    |
| Alamat Pasien      | : Jl kemang VI no 18 a rt 012<br>rw 002 bangka mampang<br>prapatan jakarta selatan |                            |                    |

### MEDICAL REPORT

#### SARAN

- Latihan rentang gerak (Range of Motion/ROM) pada ekstremitas atas dan bawah minimal 1-2 kali sehari.
- Pijat ringan pada area berisiko (punggung, pantat/tulang ekor, tumit) untuk memperlancar sirkulasi darah, dengan tetap memperhatikan kondisi kulit.
- Menjaga kebersihan dan kekeringan kulit, serta penggunaan alas tidur yang nyaman dan tidak lembap.
- Memastikan asupan nutrisi dan cairan cukup untuk mendukung penyembuhan jaringan.
- Segera periksa ke Dokter apabila ditemukan tanda awal dekubitus (kemerahan, nyeri tekan, lecet).

#### CATATAN

- Tekanan darah mengalami peningkatan (133/92 mmHg). Untuk diagnosis Hipertensi memerlukan 2-3x pemeriksaan, sehingga untuk saat ini cukup dijaga dengan pola makan sehat, rutin berolahraga, dan istirahat yang cukup, serta lakukan pemeriksaan selanjutnya 1-2 minggu agar tekanan darah tetap terpantau dengan baik dan mencegah perkembangan penyakit menjadi Hipertensi dan komplikasi lainnya.
- Saat ini anda di kategorikan Diabetes Melitus karena gula darah puasa GDP 142 mg/dL dan TTGO 2 jam 314.6 mg/dL anda melebihi batas normal (normal gdp<100mg/dL, ttgo 2 jam <140mg/dL). Untuk penanganan Diabetes Melitus dapat dimulai dengan modifikasi gaya hidup. Jika pasien sudah mengkonsumsi obat diabetes melitus sesuai anjuran dokter, maka obat perlu diminum teratur, jangan menghentikan, mengubah dosis, atau mengganti obat sendiri.
- Pasien dalam kondisi tirah baring dianjurkan tetap melakukan aktivitas fisik ringan berupa latihan gerak pasif dan aktif terbantu yang dilakukan secara rutin dengan bantuan keluarga atau caregiver, guna mencegah terjadinya dekubitus, kekakuan sendi, dan penurunan kekuatan otot.
- Secara keseluruhan, kondisi anda memerlukan pemantauan rutin untuk kondisi diabetes, tekanan darah meningkat dari Dokter Spesialis Penyakit Dalam agar kesehatan anda dapat terjaga dengan baik serta menghindari komplikasi penyakit.

|                    |                                                                                    |                            |                    |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------------------|
| No. MR             | : PNK20251200010                                                                   | Tanggal Pengambilan Sampel | : 06 February 2026 |
| Nama Pasien        | : LILYKAMALIA                                                                      | Tanggal Pengiriman Hasil   | : 09 February 2026 |
| Jenis Kelamin      | : Female                                                                           | Dokter Penanggung jawab    | : Christiena Ova   |
| Tanggal Lahir/Umur | : 27 November 1950 / 75 Tahun<br>2 Bulan 13 Hari                                   |                            |                    |
| No. HP Pasien      | : 6287786674950                                                                    |                            |                    |
| Alamat Pasien      | : Jl kemang VI no 18 a rt 012<br>rw 002 bangka mampang<br>prapatan jakarta selatan |                            |                    |

### MEDICAL REPORT



Christiena Ova