

No. MR	: PNK20260300015	Tanggal Pengambilan Sampel	: 05 March 2026
Nama Pasien	: LIE TJIN FA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 06 March 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 16 Agustus 1950 / 75 Tahun 6 Bulan 18 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6285212187758		
Alamat Pasien	: JL. ARWANA 5, BLOK: H, NO: 4, RT: 18, RW: 01 (GANG BUNTU)		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: '-'
Riwayat Penyakit Keluarga	: -
Konsumsi Obat Rutin	: '-'
Alergi	: '-'
Pola Makan	: 3x
Kebiasaan Olahraga	: 1x basket
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Wine pas Imlek (sedikit)
Puasa	: 19.30

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 120/79 mmHg
Nadi	: 88 x/menit
Napas	: 15 x/menit
Saturasi Oksigen	: 97%
Suhu	: 36.3°
Berat Badan	: 54 Kg
Tinggi Badan	: 155 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 22.5 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 81 Cm
Pemeriksaan Fisik	: -

KESIMPULAN

- IMT 22,5 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL 81 CM (IDEAL UNTUK PEREMPUAN: <80 CM)
- TANDA VITAL DALAM BATAS NORMAL
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN SGPT DAN ASAM URAT
- KETIDAKSEIMBANGAN PROFIL LIPID

SARAN

LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL, KETIDAKSEIMBANGAN PROFIL LIPID

No. MR	: PNK20260300015	Tanggal Pengambilan Sampel	: 05 March 2026
Nama Pasien	: LIE TJIN FA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 06 March 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 16 Agustus 1950 / 75 Tahun 6 Bulan 18 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6285212187758		
Alamat Pasien	: JL. ARWANA 5, BLOK: H, NO: 4, RT: 18, RW: 01 (GANG BUNTU)		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Terapkan prinsip isi piringku yaitu setengah piring berisi sayur dan buah; setengah lainnya diisi makanan pokok, lauk-pauk. Pastikan asupan dari berbagai kelompok pangan yang bervariasi (karbohidrat kompleks, protein, buah-sayur, serat).
- Batasi konsumsi gula, garam, dan lemak jenuh/trans karena konsumsi berlebihan dapat memperparah risiko penyakit metabolik.
- Hindari makanan gorengan, makanan cepat saji tinggi lemak jenuh, minuman manis.
- Konsumsi oatmeal, buah, atau produk tinggi sterol untuk bantu turunkan kolesterol serta konsumsi buah nenas segar yang mengandung serat, vitamin C, dan bromelain yang dapat membantu mendukung penurunan kolesterol. Perbanyak konsumsi lemak sehat seperti salmon, tuna dan sarden.
- Minum air putih cukup minimal sekitar 8 gelas/hari agar hidrasi terjaga.
- Lakukan aktivitas fisik yang disukai minimal 30 menit aktivitas fisik per hari atau 3-5 kali per minggu secara rutin dan konsisten, disesuaikan kondisi dan kemampuan individu.
- Lakukan pemantauan berat badan dan kesehatan secara berkala: karena lingkaran perut dan distribusi lemak tubuh (viseral) sangat penting sehingga perlu rutin dikontrol berat badan, lingkaran pinggang, serta pemeriksaan kesehatan terkait (gula darah, tekanan darah, kolesterol).

PENURUNAN FUNGSI HATI / PENINGKATAN SGPT

- Hindari makanan berlemak seperti gorengan, daging kambing, daging sapi, kuning telur, santan, mentega, keju dll.
- Hindari makanan tinggi gula seperti gula pasir, gula jawa, sirup, manisan, dodol, es krim, minuman kemasan, kue-kue manis, susu kental manis.
- Lakukan aktivitas fisik yang anda sukai minimal 30 menit aktivitas fisik per hari atau 3-5 kali per minggu secara rutin dan konsisten, disesuaikan kondisi dan kemampuan individu.
- Hindari minuman alkohol (batasan alkohol harian 20 gram untuk laki-laki dan 15 gram untuk wanita).

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.
- 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.

No. MR	: PNK20260300015	Tanggal Pengambilan Sampel	: 05 March 2026
Nama Pasien	: LIE TJIN FA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 06 March 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 16 Agustus 1950 / 75 Tahun 6 Bulan 18 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6285212187758		
Alamat Pasien	: JL. ARWANA 5, BLOK: H, NO: 4, RT: 18, RW: 01 (GANG BUNTU)		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Lakukan pemeriksaan berkala untuk mencegah komplikasi.
- Penggunaan Obat Asam Urat harus dengan resep dokter.

REKOMENDASI KONTROL KESEHATAN

- Setelah melewati usia 40 tahun, pemeriksaan kesehatan sebaiknya dilakukan secara rutin minimal 2 kali dalam setahun. Hal ini penting untuk mengantisipasi risiko penyakit kronis seperti tekanan darah tinggi, diabetes, dan gangguan jantung, agar dapat terdeteksi lebih awal dan segera ditangani. Jenis pemeriksaan sebaiknya disesuaikan dengan usia, riwayat kesehatan, serta arahan Dokter.

CATATAN

- Hasil pemeriksaan saat ini, status gizi Ibu masuk dalam kategori normal. Namun, lingkaran perut Ibu melebihi batas ideal dan kadar profil lipid tidak seimbang. Kondisi ini perlu dipantau dengan mengatur pola makan rendah lemak jenuh/lemak trans dan mengonsumsi lemak sehat sesuai anjuran dan sebaiknya mulai diperbaiki dengan pola hidup sehat seperti aktivitas fisik yang dianjurkan secara konsisten. Mengingat adanya Riwayat peningkatan kolesterol pada Ibu, disarankan untuk berkonsultasi kembali dengan Dokter yang merawat Ibu untuk mendapatkan penyesuaian terapi dan penanganan yang tepat, agar kondisi Ibu dapat terkontrol.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan asam urat Ibu mengalami peningkatan. Hal ini dapat dikendalikan dengan menghindari makanan tinggi purin seperti: kacang-kacangan, hati dan ampela, jeroan, daging sapi, tempe, tahu, daun dan biji melinjo, kembang kol, buncis, makarel, udang dan kerang. Dan lakukan konsultasi ke Dokter apabila muncul keluhan nyeri sendi, meradang, kemerahan dan bengkak.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan fungsi hati Ibu mengalami penurunan yang ditandai dengan kadar enzim hati yang meningkat. Hal yang dapat menyebabkan penurunan fungsi hati antara lain adalah sedang minum obat-obatan yang dapat mengganggu fungsi hati, konsumsi alkohol, terinfeksi hepatitis, mengalami sirosis (kerusakan hati), gangguan pada organ empedu seperti batu empedu dan infeksi, atau tanda penyakit tertentu lainnya. Jika terdapat keluhan seperti mual muntah hebat, kulit menjadi kuning, nyeri perut kanan atas yang tidak membaik, atau perut membesar, segera pergi ke Fasilitas Kesehatan untuk ditangani lebih lanjut.

No. MR	: PNK20260300015	Tanggal Pengambilan Sampel	: 05 March 2026
Nama Pasien	: LIE TJIN FA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 06 March 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 16 Agustus 1950 / 75 Tahun 6 Bulan 18 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6285212187758		
Alamat Pasien	: JL. ARWANA 5, BLOK: H, NO: 4, RT: 18, RW: 01 (GANG BUNTU)		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil analisa proyeksi risiko terkena penyakit jantung dalam 10 tahun kedepan, menggunakan Framingham Risk Score (FRS), didapatkan bahwa Ibu masuk dalam kategori risiko tinggi ($\geq 20\%$). Sebaiknya berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk mendapatkan penanganan lebih lanjut yang sesuai dengan kondisi Ibu. Perubahan gaya hidup yang konsisten tetap diperlukan untuk meningkatkan kesehatan Ibu.
- Berdasarkan hasil pemeriksaan secara keseluruhan, Ibu disarankan untuk melakukan modifikasi gaya hidup yang lebih sehat secara konsisten dan melakukan kontrol rutin tekanan darah, laboratorium profil lipid serta gula darah setiap 3-6 bulan sekali. Konsultasikan dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk diberikan penanganan secara komprehensif.



Fenetta F A Masinambow