

|                    |                                               |                            |                             |
|--------------------|-----------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| No. MR             | : PNK20260400134                              | Tanggal Pengambilan Sampel | : 24 April 2026             |
| Nama Pasien        | : ATIEK ZUBAIDAH                              | Tanggal Pengiriman Hasil   | : 27 April 2026             |
| Jenis Kelamin      | : Female                                      | Dokter Penanggung jawab    | : dr. Putu Devie Sri Astari |
| Tanggal Lahir/Umur | : 18 September 1978 / 47 Tahun 7 Bulan 9 Hari |                            |                             |
| No. HP Pasien      | : 6287700104999                               |                            |                             |
| Alamat Pasien      | : PT HOSANA                                   |                            |                             |

## MEDICAL REPORT

### ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

|                           |                                |
|---------------------------|--------------------------------|
| Riwayat Penyakit Sekarang | : Nyeri Lutut - >14 Hari       |
| Riwayat Penyakit Dahulu   | : KANKER PYD                   |
| Riwayat Penyakit Keluarga | : Ayah : stroke                |
| Konsumsi Obat Rutin       | : TAMOVEN                      |
| Alergi                    | : GATAL TP TDK TAU PENYEBABNYA |
| Pola Makan                | : 3 kali                       |
| Kebiasaan Olahraga        | : Seminggu sekali senam        |
| Riwayat Merokok           | : -                            |
| Riwayat Konsumsi Alkohol  | : -                            |
| Puasa                     | : Puasa                        |

### TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

|                          |                             |
|--------------------------|-----------------------------|
| Tekanan Darah            | : 122/68 mmHg               |
| Nadi                     | : 81 x/menit                |
| Napas                    | : 18 x/menit                |
| Saturasi Oksigen         | : 95%                       |
| Suhu                     | : 36.3°                     |
| Berat Badan              | : 53 Kg                     |
| Tinggi Badan             | : 154 Cm                    |
| IMT / Indeks Massa Tubuh | : 22.3 / Berat badan normal |
| Lingkar Perut            | : 78 Cm                     |
| Pemeriksaan Fisik        | : Baik                      |

### KESIMPULAN

- IMT/ INDEKS MASSA TUBUH 22.3 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT 78 CM (IDEAL UNTUK WANITA <80 CM)
- SUARA JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- TANDA-TANDA VITAL DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN ASAM URAT
- PENINGKATAN TRIGLISERIDA
- PENURUNAN KOLESTEROL BAIK HDL

|                    |                                               |                            |                             |
|--------------------|-----------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| No. MR             | : PNK20260400134                              | Tanggal Pengambilan Sampel | : 24 April 2026             |
| Nama Pasien        | : ATIEK ZUBAIDAH                              | Tanggal Pengiriman Hasil   | : 27 April 2026             |
| Jenis Kelamin      | : Female                                      | Dokter Penanggung jawab    | : dr. Putu Devie Sri Astari |
| Tanggal Lahir/Umur | : 18 September 1978 / 47 Tahun 7 Bulan 9 Hari |                            |                             |
| No. HP Pasien      | : 6287700104999                               |                            |                             |
| Alamat Pasien      | : PT HOSANA                                   |                            |                             |

## MEDICAL REPORT

### SARAN

#### KENDALIKAN PENINGKATAN ASAM URAT / HIPERURISEMIA

- Asam urat tinggi dapat menyebabkan nyeri sendi, kesemutan dan batu ginjal.
- Hindari 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.
- Pilih makanan sehat seperti susu rendah lemak, sayur, dan buah.
- 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.
- Penggunaan Obat Asam Urat harus dengan resep dokter.

#### KENDALIKAN KADAR LEMAK DARAH/KOLESTEROL TIDAK SEIMBANG

- Olahraga: Jalan cepat, bersepeda statis, atau berenang 30 menit/hari, dengan frekuensi 3-5x/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 serta konsumsi buah nanas segar yang mengandung serat, vitamin C, dan bromelain yang dapat membantu mendukung penurunan kolesterol.
- Tambahkan ikan berlemak sehat (salmon, tuna, sarden) 2-3 kali seminggu, olahraga rutin tetap dilanjutkan termasuk latihan beban minimal 2-3 kali per minggu sesuai kemampuan individu, kurangi gula karena gula adalah penyebab utama HDL turun, hindari asap rokok untuk menurunkan risiko penyumbatan pembuluh darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL).

### CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar lemak darah mengalami peningkatan; Trigliserida anda 175 mg/dL yang mana telah melebihi batas normal (Normal <150 mg/dL). Kondisi ini perlu obat kolesterol dan rutin dipantau dengan mengatur pola makan rendah kolesterol dan sebaiknya mulai diperbaiki dengan pola hidup sehat dan olahraga teratur karena saat ini anda jarang berolahraga agar kondisi anda tetap terkontrol dengan baik. Penggunaan obat kolesterol harus dengan resep dokter. Jangan mengubah dosis atau mengganti obat sendiri tanpa anjuran dari dokter. Lakukan kontrol rutin minimal 1 bulan sekali dan dianjurkan melakukan pemeriksaan Profil Lipid (Trigliserida, Kolesterol LDL, HDL) setiap 3-6 bulan sekali dan konsultasikan pada dokter agar kondisi anda tetap terpantau dengan baik.

|                    |                                               |                            |                             |
|--------------------|-----------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| No. MR             | : PNK20260400134                              | Tanggal Pengambilan Sampel | : 24 April 2026             |
| Nama Pasien        | : ATIEK ZUBAIDAH                              | Tanggal Pengiriman Hasil   | : 27 April 2026             |
| Jenis Kelamin      | : Female                                      | Dokter Penanggung jawab    | : dr. Putu Devie Sri Astari |
| Tanggal Lahir/Umur | : 18 September 1978 / 47 Tahun 7 Bulan 9 Hari |                            |                             |
| No. HP Pasien      | : 6287700104999                               |                            |                             |
| Alamat Pasien      | : PT HOSANA                                   |                            |                             |

### MEDICAL REPORT

#### CATATAN

- Hasil menunjukkan asam urat Anda melebihi batas normal yaitu 5,9 mg/dL (normal <5,7 mg/dL). Hal ini dapat dikendalikan dengan pengobatan asam urat sesuai resep dokter dan 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 untuk penanganan lebih lanjut dan jangan tunda ke rumah sakit apabila muncul keluhan nyeri sendi, meradang, kemerahan dan bengkak. Rutin kontrol kadar asam urat minimal 1-3 bulan sekali agar kondisi anda dapat terpantau dengan baik.
- Berdasarkan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan pada Ibu Atiek Zubaidah, saat ini kondisi anda disarankan untuk melakukan konsultasi ke Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk pemeriksaan dan penanganan lebih lanjut mengenai peningkatan asam urat, trigliserida, penurunan HDL, keluhan nyeri lutut, gatal-gatal serta sering kesemutan yang saat ini anda alami sebagai upaya awal untuk mencegah perburukan dan komplikasi lebih lanjut. Serta lakukan kontrol rutin dengan dokter Sp.B-KHOM/Sp.PD-KHOM yang merawat anda untuk mencegah progresifitas penyakit payudara yang anda alami agar kondisi anda dapat terpantau dengan baik.



dr. Putu Devie Sri Astari