

No. MR	: PNK20260500006	Tanggal Pengambilan Sampel	: 13 May 2026
Nama Pasien	: KARTINI (IIN)	Tanggal Pengiriman Hasil	: 15 May 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 28 September 1969 / 56 Tahun 7 Bulan 17 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6285714557952		
Alamat Pasien	: APOTEK PLAZA MEDIKA GROGOL		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Kesemutan - 4-7 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: GULA
Riwayat Penyakit Keluarga	: Tidak tahu
Konsumsi Obat Rutin	: GLIMEPIRIT
Alergi	: -
Pola Makan	: 1x
Kebiasaan Olahraga	: Jalan kaki rutin
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: Terakhir makan jam 12 siang

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 123/85 mmHg
Nadi	: 84 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 97%
Suhu	: 37.6°
Berat Badan	: 70.2 Kg
Tinggi Badan	: 145 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 33.4 / Obesitas
Lingkar Perut	: 102 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Agak pusing, fisik fit, penglihatan silinder kiri 925 kanan 825, pendengaran normal

KESIMPULAN

- IMT 33,4 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT 102 CM (IDEAL UNTUK PEREMPUAN: <80 CM)
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN LEUKOSIT, TROMBOSIT, KOLESTEROL TOTAL DAN ASAM URAT
- PENINGKATAN GULA DARAH DAN GLUKOSA URIN POSITIF

No. MR	: PNK20260500006	Tanggal Pengambilan Sampel	: 13 May 2026
Nama Pasien	: KARTINI (IIN)	Tanggal Pengiriman Hasil	: 15 May 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 28 September 1969 / 56 Tahun 7 Bulan 17 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6285714557952		
Alamat Pasien	: APOTEK PLAZA MEDIKA GROGOL		

MEDICAL REPORT

SARAN

IMT OBESITAS DAN LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL, PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL

- 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.
- Minum air putih cukup minimal sekitar 8 gelas/hari agar hidrasi terjaga.
- 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.
- 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).
- Tidur cukup 7 - 8 jam, hindari makan sebelum tidur

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)

PENINGKATAN ASAM URAT / HIPERURISEMIA

No. MR	: PNK20260500006	Tanggal Pengambilan Sampel	: 13 May 2026
Nama Pasien	: KARTINI (IIN)	Tanggal Pengiriman Hasil	: 15 May 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 28 September 1969 / 56 Tahun 7 Bulan 17 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6285714557952		
Alamat Pasien	: APOTEK PLAZA MEDIKA GROGOL		

MEDICAL REPORT

SARAN

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

PENINGKATAN GLUKOSA / GULA 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.
- Olahraga rutin: Lakukan jalan kaki, bersepeda, atau berenang secara teratur sesuai kemampuan.
- 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 merokok: 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.

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

No. MR	: PNK20260500006	Tanggal Pengambilan Sampel	: 13 May 2026
Nama Pasien	: KARTINI (IIN)	Tanggal Pengiriman Hasil	: 15 May 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 28 September 1969 / 56 Tahun 7 Bulan 17 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6285714557952		
Alamat Pasien	: APOTEK PLAZA MEDIKA GROGOL		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa Ibu mengalami Obesitas. Penanganan obesitas umumnya dimulai dengan perubahan gaya hidup sehat, dapat dibantu dengan obat atau tindakan medis jika diperlukan. Kondisi ini berhubungan erat salah satunya dengan peningkatan kolesterol dalam darah Ibu. Hal ini dapat ditangani dengan mengurangi asupan makanan tinggi kolesterol serta aktivitas fisik sesuai anjuran. Konsultasikan ke Dokter/ Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk manajemen penurunan berat badan yang sesuai dan aman untuk kondisi Ibu.
- Hasil pemeriksaan didapatkan tekanan darah Ibu mengalami sedikit peningkatan (123/85 mmHg). Tekanan darah yang meningkat belum menandakan bahwa Ibu mengalami hipertensi. Hal ini juga dapat terjadi pada kondisi tertentu, misalnya karena kurang istirahat yang menyebabkan kelelahan, kurangnya aktivitas fisik, pola makan yang tidak seimbang, dan lain sebagainya. 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 1-4 minggu agar tekanan darah tetap terpantau dengan baik dan mencegah perkembangan penyakit menjadi Hipertensi dan komplikasi lainnya.
- Hasil trombosit Ibu mengalami sedikit peningkatan (trombositosis). Trombositosis dapat disebabkan oleh kondisi reaktif seperti infeksi, peradangan, perdarahan, atau kondisi anemia defisiensi besi, maupun gangguan primer sumsum tulang seperti trombositemia esensial atau polisitemia vera. Ibu juga mengalami peningkatan leukosit. Kondisi ini dapat terjadi jika ada peradangan terutama akibat infeksi. Hal ini juga ditandai dengan peningkatan suhu Ibu (37,6). Disarankan untuk berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk dilakukan pemeriksaan lebih lanjut untuk menegaskan diagnosis serta penanganan yang tepat, terutama jika Ibu mengalami keluhan seperti pendarahan, lemas, mual hebat, nyeri dada atau keluhan lainnya yang mengganggu aktivitas sehari-hari.
- Hasil pemeriksaan gula darah Ibu mengalami peningkatan. Mengingat adanya riwayat diabetes yang Ibu alami, saat ini kondisi diabetes Ibu belum terkontrol. Untuk keluhan-keluhan seperti kesemutan dan pusing yang Ibu alami, kemungkinan besar terjadi karena kondisi gula darah yang tinggi. Hal ini juga terlihat dari ditemukannya glukosa dalam urin Ibu. Disarankan untuk segera berkonsultasi kembali dengan Dokter yang merawat Ibu untuk mendapatkan penyesuaian terapi dan penanganan yang tepat, untuk menghindari terjadinya komplikasi ke organ-organ lainnya. Tetap disarankan pula untuk melakukan perubahan pola makan dan aktivitas fisik sesuai anjuran, agar kondisi Ibu dapat terkontrol dengan baik.

No. MR	: PNK20260500006	Tanggal Pengambilan Sampel	: 13 May 2026
Nama Pasien	: KARTINI (IIN)	Tanggal Pengiriman Hasil	: 15 May 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 28 September 1969 / 56 Tahun 7 Bulan 17 Hari		
No. HP Pasien	: 6285714557952		
Alamat Pasien	: APOTEK PLAZA MEDIKA GROGOL		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Untuk keseluruhan kondisi Ibu, disarankan untuk cek kesehatan rutin, untuk saat ini direkomendasikan 1-3 bulan sekali, dan selanjutnya jika sudah terkontrol dapat dilakukan pengecekan 6-12 bulan sekali agar kondisi Ibu tetap dapat dipantau dan mengurangi risiko komplikasi yang lebih serius. Ibu dapat berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk penanganan yang lebih komprehensif. Jika didapatkan keluhan kesehatan yang semakin memberat, segera datang ke fasilitas Kesehatan terdekat agar dapat segera ditangani lebih lanjut.



dr. Fenetta F A Masinambow