

No. MR	: PNK20260600006	Tanggal Pengambilan Sampel	: 12 June 2026
Nama Pasien	: DARSINI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 13 June 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 21 Januari 1972 / 54 Tahun 4 Bulan 23 Hari		
No. HP Pasien	: 6285781340579		
Alamat Pasien	: APOTEK SENI BUDAYA		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Nyeri Lutut - >14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: ASAM URAT TINGGI DAN LUTUT SAKIT SUDAH 2 TAHUN
Riwayat Penyakit Keluarga	: -
Konsumsi Obat Rutin	: ALLPURINOL
Alergi	: '-'
Pola Makan	: 2-3 kali
Kebiasaan Olahraga	: -
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: -

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 163/93 mmHg
Nadi	: 68 x/menit
Napas	: 18 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 37.1°
Berat Badan	: 65 Kg
Tinggi Badan	: 150 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 28.9 / Obesitas
Lingkar Perut	: 109.1 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Lutut sakit. Riwayat asam urat dan hipertensi

KESIMPULAN

- Anemia dengan infeksi sekunder disertai dengan hiperkolesterolemia dan asam urat

SARAN

- Pola Makan
- Anemia
- Sumber Zat Besi : Konsumsi daging merah, hati (sapi/ayam), bayam, brokoli, dan kacang-kacangan.Sumber
- Vitamin: Penuhi kebutuhan Vitamin B12 dan asam folat melalui ikan, telur, susu, dan sayuran hijau.
- Optimalkan Penyerapan: Konsumsi makanan kaya vitamin C (seperti jeruk dan tomat) bersamaan dengan sumber zat besi untuk membantu penyerapan.

No. MR	: PNK20260600006	Tanggal Pengambilan Sampel	: 12 June 2026
Nama Pasien	: DARSINI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 13 June 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 21 Januari 1972 / 54 Tahun 4 Bulan 23 Hari		
No. HP Pasien	: 6285781340579		
Alamat Pasien	: APOTEK SENI BUDAYA		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Kolesterol dan asam urat
- Batasi lemak jahat: Kurangi konsumsi gorengan, makanan cepat saji, daging berlemak, kulit ayam, dan produk susu tinggi lemak.
- Perbanyak serat larut: Konsumsi oatmeal, gandum utuh, kacang-kacangan, serta berbagai jenis buah dan sayur. Serat membantu mengikat kolesterol di saluran pencernaan agar tidak terserap ke dalam darah. Konsumsi lemak sehat: Pilih lemak tak jenuh yang baik untuk jantung seperti alpukat, minyak zaitun, kacang almond, dan ikan berlemak (misalnya salmon, sarden, atau tuna)
- Konsumsi Diet rendah purin :
- 1. Produk Susu & Telur: Susu rendah lemak dan yogurt, yang terbukti membantu pengeluaran asam urat lewat urine.
- 2. Buah & Sayur: Buah kaya vitamin C (seperti jeruk, stroberi) dan sayuran seperti mentimun, wortel, dan kentang.
- 3. Protein Nabati: Tahu dan tempe,

CATATAN

- Ubah pola hidup :
- Olahraga Teratur: Lakukan aktivitas fisik minimal 30 menit sehari, seperti jalan cepat, bersepeda, atau berenang untuk meningkatkan kolesterol baik (HDL).
- Jaga Berat Badan: Turunkan kelebihan berat badan, karena obesitas berkaitan erat dengan tingginya kolesterol jahat
- Hindari :
- Teh dan Kopi Saat Makan: Hindari meminum teh, kopi, atau susu bersamaan atau segera setelah makan. Kandungan tanin dan kalsium di dalamnya dapat mengikat zat besi dan menghambat proses penyerapannya. Minumlah air putih sebagai gantinya.



dr. M. Fajri Rinansyah P.R.