

No. MR	: PNK20260700039	Tanggal Pengambilan Sampel	: 25 July 2026
Nama Pasien	: DECKY MAYRICKO ARBIAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 July 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 22 Mei 1984 / 42 Tahun 2 Bulan 5 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6285693171510		
Alamat Pasien	: JALAN RAYA CENTEX GANG GALUR, RT 7 RW 10 NO 24, KELURAHAN CIRACAS, KECAMATAN CIRACAS, JAKARTA TIMUR		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Asam Urat Tinggi - 8-14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: DIABETES, THREATMENT OBAT
Riwayat Penyakit Keluarga	: Ibu asam urat, bapak jantung.
Konsumsi Obat Rutin	: BELUM ADA
Alergi	: TIDAK ADA
Pola Makan	: 2x sehari
Kebiasaan Olahraga	: Sebulan sekali
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: 19.00 terakhir makan

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 118/78 mmHg
Nadi	: 84 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 97%
Suhu	: 36.7°
Berat Badan	: 93 Kg
Tinggi Badan	: 169 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 32.6 / Obesitas
Lingkar Perut	: 107 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Kaki sebelah kanan dari bawah lutut sampai ke kaki bengkak dan ada ruam ruam merah, sakit kepala belakang terasa ketarik tarik, penglihatan kiri dan kanan -7, pendengaran normal,

KESIMPULAN

- IMT 32,6 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT 107 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI: <90 CM)
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- TANDA-TANDA VITAL DALAM BATAS NORMAL

No. MR	: PNK20260700039	Tanggal Pengambilan Sampel	: 25 July 2026
Nama Pasien	: DECKY MAYRICKO ARBIAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 July 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 22 Mei 1984 / 42 Tahun 2 Bulan 5 Hari		
No. HP Pasien	: 6285693171510		
Alamat Pasien	: JALAN RAYA CENTEX GANG GALUR, RT 7 RW 10 NO 24, KELURAHAN CIRACAS, KECAMATAN CIRACAS, JAKARTA TIMUR		

MEDICAL REPORT

KESIMPULAN

- NEUTROFIL MENINGKAT DAN LIMFOSIT MENURUN
- PENURUNAN HDL
- PENINGKATAN ASAM URAT
- HEMATURIA

SARAN

IMT OBESITAS DAN LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL, PENURUNAN HDL

- 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 untuk menaikkan HDL.
- 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).
- Tidur cukup 7-8 jam, hindari makan sebelum tidur.

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.

No. MR	: PNK20260700039	Tanggal Pengambilan Sampel	: 25 July 2026
Nama Pasien	: DECKY MAYRICKO ARBIAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 July 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 22 Mei 1984 / 42 Tahun 2 Bulan 5 Hari		
No. HP Pasien	: 6285693171510		
Alamat Pasien	: JALAN RAYA CENTEX GANG GALUR, RT 7 RW 10 NO 24, KELURAHAN CIRACAS, KECAMATAN CIRACAS, JAKARTA TIMUR		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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.

REKOMENDASI KONTROL KESEHATAN

- Memasuki usia 40 tahun keatas, 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 menunjukkan bahwa Bapak 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 kadar kolesterol HDL Bapak yang rendah. 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. Disarankan untuk berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk manajemen penurunan berat badan yang sesuai dan aman untuk kondisi Bapak.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan asam urat Bapak 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.
- Hasil pemeriksaan urin ditemukan adanya darah dalam urin Bapak. Hal ini bisa disebabkan oleh beberapa hal, antara lain infeksi saluran kemih, batu di sistem saluran kemih, penyakit bawaan, atau karena hal tertentu lainnya. Untuk saat ini, Bapak dapat menjaga kebersihan area genitourin, banyak minum air putih, jangan menahan BAK jika sudah terasa ingin BAK. Jika kondisi ini disertai dengan nyeri saat berkemih, rasa tidak puas setelah berkemih, urin yang keluar sedikit-sedikit, nyeri pada area perut bawah atau pinggang, disarankan untuk datang ke fasilitas kesehatan terdekat agar dilakukan pemeriksaan lebih lanjut oleh Dokter.

No. MR	: PNK20260700039	Tanggal Pengambilan Sampel	: 25 July 2026
Nama Pasien	: DECKY MAYRICKO ARBIAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 July 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 22 Mei 1984 / 42 Tahun 2 Bulan 5 Hari		
No. HP Pasien	: 6285693171510		
Alamat Pasien	: JALAN RAYA CENTEX GANG GALUR, RT 7 RW 10 NO 24, KELURAHAN CIRACAS, KECAMATAN CIRACAS, JAKARTA TIMUR		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Untuk keluhan nyeri kepala belakang yang Bapak alami, dapat disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain karena kurang waktu tidur, tegang/kekakuan otot leher, kurang cairan atau dehidrasi, gangguan metabolisme, atau tanda penyakit lainnya seperti gangguan pada sistem saraf, otot dan tulang. Bapak dapat mensiasati dengan mencukupkan waktu tidur malam Bapak, idealnya di 7-8 jam, mengurangi makanan atau minuman yang dapat meningkatkan risiko sakit kepala muncul seperti coklat, kopi, dan lain sebagainya, menentukan jam makan yang teratur setiap harinya, serta melakukan aktivitas fisik untuk peregangan otot. Jika keluhan terus muncul, konsultasikan dengan Dokter untuk penanganan yang tepat sesuai dengan kondisi Bapak.
- Untuk keluhan kaki bengkak serta ruam kemerahan yang Bapak alami, dapat disebabkan oleh beberapa hal seperti adanya infeksi atau gangguan metabolisme. Kondisi ini kemungkinan berhubungan dengan hasil hematologi Bapak yang menunjukkan adanya indikasi terjadinya peradangan karena didapatkan peningkatan neutrofil dan penurunan limfosit, serta nilai asam urat yang cukup tinggi. Untuk memastikan diagnosis, Bapak disarankan untuk melakukan konsultasi dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam agar dapat diberikan penanganan yang sesuai dengan kondisi Bapak.
- Berdasarkan hasil pemeriksaan secara keseluruhan, Bapak disarankan untuk melakukan modifikasi gaya hidup yang lebih sehat secara konsisten dan melakukan pemeriksaan kesehatan setiap 6 bulan sampai 1 tahun sekali. Konsultasikan dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam dan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk diberikan penanganan secara komprehensif.



dr. Fenetta F A Masinambow