

No. MR	: PNK20260100021	Tanggal Pengambilan Sampel	: 26 August 2026
Nama Pasien	: MARIA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 August 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Noer Muhammad Riansyah R
Tanggal Lahir/Umur	: 7 Mei 1976 / 50 Tahun 3 Bulan 20 Hari		
No. HP Pasien	: 6281933438888		
Alamat Pasien	: APARTMENT CITY PARK TOWER DA 6/27 (GERBANG BARAT)		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Kesemutan - 4-7 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: KADANG VERTIGO
Riwayat Penyakit Keluarga	: Diabetes
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 2x
Kebiasaan Olahraga	: Tidak
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: Puasa jam 22.00

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 131/74 mmHg
Nadi	: 71 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 99%
Suhu	: 36.3°
Berat Badan	: 56 Kg
Tinggi Badan	: 163 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 21.1 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 75.9 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Vertigo, bangun tidur tangan kanan kesemutan, penglihatan normal, pendengaran normal. Fisik lain fit

KESIMPULAN

- Lingkar perut 75,9 cm normal
- Indeks massa tubuh / IMT dalam batas normal
- Kadar hemoglobin menurun
- Asam urat sedikit meningkat
- Kadar lemak trigliserida meningkat, kadar HDL rendah
- Leukosit dalam urin meningkat

No. MR	: PNK20260100021	Tanggal Pengambilan Sampel	: 26 August 2026
Nama Pasien	: MARIA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 August 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Noer Muhammad Riansyah R
Tanggal Lahir/Umur	: 7 Mei 1976 / 50 Tahun 3 Bulan 20 Hari		
No. HP Pasien	: 6281933438888		
Alamat Pasien	: APARTMENT CITY PARK TOWER DA 6/27 (GERBANG BARAT)		

MEDICAL REPORT

SARAN

KADAR HEMOGLOBIN MENURUN

- Pasien anemia perlu meningkatkan asupan zat besi, vitamin B12, dan asam folat serta menghindari pantangan yang menghambat penyerapan nutrisi.
- Makanan yang Dianjurkan
 1. Daging merah dan jeroan: Makan daging sapi, kambing, atau hati ayam untuk sumber zat besi tinggi.
 2. Sayuran hijau: Konsumsi bayam, brokoli, dan kangkung.
 3. Kacang-kacangan dan biji-bijian: Tambahkan kedelai, kacang merah, atau almond ke menu harian.
 4. Vitamin C: Minum jus jeruk atau makan buah sitrus bersama makanan kaya zat besi agar penyerapannya maksimal.
- Pantangan dan yang Harus Dihindari
 1. Teh dan kopi: Jangan minum teh atau kopi bersamaan dengan waktu makan karena mengandung tanin yang mengikat zat besi.
 2. Susu berlebihan: Batasi produk kalsium tinggi saat makan karena bisa menghambat penyerapan zat besi.
 3. Alkohol: Kurangi atau hentikan konsumsi alkohol karena merusak pembentukan sel darah merah.
- Gaya Hidup Sehat
 1. Istirahat cukup: Tidur teratur untuk mengurangi rasa lelah dan lemas.
 2. Olahraga ringan: Lakukan jalan kaki atau yoga secara rutin untuk melancarkan oksigen dalam tubuh.
 3. Suplemen: Konsumsi suplemen penambah darah sesuai anjuran dokter.

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 .

No. MR	: PNK20260100021	Tanggal Pengambilan Sampel	: 26 August 2026
Nama Pasien	: MARIA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 August 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Noer Muhammad Riansyah R
Tanggal Lahir/Umur	: 7 Mei 1976 / 50 Tahun 3 Bulan 20 Hari		
No. HP Pasien	: 6281933438888		
Alamat Pasien	: APARTMENT CITY PARK TOWER DA 6/27 (GERBANG BARAT)		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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.
- Hindari asap rokok untuk menurunkan risiko penyumbatan pembuluh darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL).

CATATAN

- Anemia adalah kondisi ketika tubuh kekurangan sel darah merah yang sehat atau kadar hemoglobin di bawah batas normal sehingga suplai oksigen ke seluruh tubuh berkurang. Konsultasikan ke dokter penyakit dalam untuk mengevaluasi penyebab dan mendapatkan penanganan yang tepat.
- Kadar asam urat dalam darah sedikit meningkat namun kondisi ini bisa dicegah berkembang menjadi Hiperurisemia dengan melakukan diet rendah purin.
- Leukosituria adalah kondisi medis yang ditandai dengan adanya sel darah putih (leukosit) dalam urine. Secara normal, urine manusia mengandung sangat sedikit atau bahkan tidak ada sel darah putih sama sekali. Kehadiran sel-sel ini dalam jumlah yang signifikan biasanya merupakan indikator kuat bahwa tubuh sedang melawan infeksi atau mengalami peradangan, terutama di sepanjang sistem perkemihan mulai dari ginjal, ureter, kandung kemih, hingga uretra. Konsultasikan ke dokter spesialis urologi jika ada keluhan, untuk mengevaluasi penyebab dan mendapatkan penanganan dengan tepat.



dr. Noer Muhammad Riansyah R