

No. MR	: PNK20260600007	Tanggal Pengambilan Sampel	: 28 August 2026
Nama Pasien	: YOHANAWATI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 29 August 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 20 November 1969 / 56 Tahun 9 Bulan 9 Hari		
No. HP Pasien	: 6281617671619		
Alamat Pasien	: TAMAN ALFA INDAH BLOK D7 NO.4, JOGLO		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Kolesterol Tinggi - >14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: KOLESTEROL, ASAM URAT, PRADIABETES
Riwayat Penyakit Keluarga	: Diabetes
Konsumsi Obat Rutin	: ''
Alergi	: ''
Pola Makan	: 3 kali sehari
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu sekali jalan kaki
Riwayat Merokok	: Tidak pernah
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak pernah
Puasa	: Puasa dari jam 10 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 113/60 mmHg
Nadi	: 61 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 96%
Suhu	: 36.3°
Berat Badan	: 61 Kg
Tinggi Badan	: 150 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 27.1 / Obesitas
Lingkar Perut	: 100 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fisik normal, pendengaran normal, penglihatan plus kanan kiri

KESIMPULAN

- Hiperkolesterolemia Dengan prediabetes

SARAN

- Pengaturan Makanan
- Kurangi lemak jenuh: Batasi daging berlemak, makanan bersantan, dan gorengan.
- Hindari lemak trans: Jauhi margarin keras dan makanan yang diproses dengan minyak terhidrogenasi.
- Perbanyak serat larut: Konsumsi oat, kacang-kacangan, serta buah dan sayur segar.

No. MR	: PNK20260600007	Tanggal Pengambilan Sampel	: 28 August 2026
Nama Pasien	: YOHANAWATI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 29 August 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 20 November 1969 / 56 Tahun 9 Bulan 9 Hari		
No. HP Pasien	: 6281617671619		
Alamat Pasien	: TAMAN ALFA INDAH BLOK D7 NO.4, JOGLO		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Pilih lemak sehat: Dapatkan asam lemak omega-3 dari ikan seperti salmon, tongkol, atau kembung.
- Kurangi gula: Batasi makanan serta minuman manis kemasan yang memicu lonjakan gula darah.
- Perubahan Gaya Hidup
- Turunkan berat badan: Pangkas berat badan secara bertahap, cukup 5-10% dari berat badan awal jika Anda kelebihan berat badan.
- Kontrol ke dokter dan Cek gula darah rutin: Pantau kadar gula darah atau lakukan pemeriksaan HbA1c secara berkala untuk memantau kadar gula darah dalam tubuh

CATATAN

- Hiperkolesterolemia dapat menyebabkan aterosklerosis, yaitu menumpuknya kolesterol di dinding pembuluh darah. Penumpukan tersebut akan menyumbat aliran darah dan memicu komplikasi, seperti : Penyakit jantung koroner, Stroke, Penyakit arteri perifer, Tekanan darah tinggi (hipertensi), Diabetes tipe 2, Penyakit ginjal, dan Batu empedu
- Komplikasi Prediabetes bisa berkembang menjadi diabetes tipe 2 dan dapat menimbulkan gangguan kesehatan lain, seperti: Penyakit jantung, Kerusakan saraf (neuropati diabetik), Kolesterol tinggi, Kerusakan ginjal (nefropati diabetik), Tekanan darah tinggi, Luka di kaki yang berisiko amputasi, Kerusakan mata (retinopati diabetik) yang dapat menimbulkan kebutaan, Gangguan pendengaran, Infeksi kulit, dan Penyakit Alzheimer



dr. M. Fajri Rinansyah P.R.