

## Surat Pemberitahuan Hasil Penilaian Kebiasaan Kehidupan

Nama Penerima Pemeriksaan		Nomor daftar penduduk	
Tanggal Pemeriksaan		Institusi pemeriksaan kesehatan	<input type="checkbox"/> Kunjungan <input type="checkbox"/> Pemeriksaan di tempat

<b>Meroko k</b>	<input type="checkbox"/> Bukan perokok <input type="checkbox"/> Mantan perokok <input type="checkbox"/> Saati ini merokok <input type="checkbox"/> Perokok hanya dengan elektrik			
	Penilaian Ketergantungan nikotin <input type="checkbox"/> Rendah (0~3poin) <input type="checkbox"/> Tengah (4~6 poin) <input type="checkbox"/> Tinggi (7~10 poin)			
	Rekomendasi untuk berhenti merokok <input type="checkbox"/> Ada <input type="checkbox"/> Tidak			
	Rekomendasi <input type="checkbox"/> Konsultasi dan edukasi <input type="checkbox"/> Terapi pengobatan (Terapi pengobatan pengganti nikotin, bupropion, vareniklin) <input type="checkbox"/> Penyambungan (pusat antirokok dan klinik) \			

<b>Konsums i alkohol</b>	<input type="checkbox"/> Bukan peminum <input type="checkbox"/> Peminum ringan <input type="checkbox"/> Peminum berat <input type="checkbox"/> Dugaan gangguan konsumsi alkohol			
	Rekomendasi untuk berhenti/membatasi minuman beralkohol <input type="checkbox"/> Ada <input type="checkbox"/> Tidak			
	Rekomendasi <input type="checkbox"/> Konsultasi dan edukasi <input type="checkbox"/> Terapi pengobatan <input type="checkbox"/> Penyambungan (pusat rehabilitasi alkohol dan klinik)			

<b>Olahrag a</b>	<input type="checkbox"/> Kurang olahraga <input type="checkbox"/> Olahraga dasar <input type="checkbox"/> Olahraga untuk meningkatkan kesehatan <input type="checkbox"/> Kurang latihan otot <input type="checkbox"/> Latihan otot yang tepat			
	Rekomendasi olahraga <input type="checkbox"/> Ada <input type="checkbox"/> Tidak			
	Jenis rekomendasi : <input type="checkbox"/> Berjalan cepat <input type="checkbox"/> Berenang <input type="checkbox"/> Mendaki gunung <input type="checkbox"/> Senam aerobik <input type="checkbox"/> Peregangannya <input type="checkbox"/> Latihan otot <input type="checkbox"/> Yang lain (     )			
	Waktu olahraga : <input type="checkbox"/> 10 menit <input type="checkbox"/> 15~30 menit <input type="checkbox"/> Lebih dari 30 menit <input type="checkbox"/> Yang lain (     ) Frekuensi olahraga : <input type="checkbox"/> 1~2 kali seminggu <input type="checkbox"/> 3~4 kali seminggu <input type="checkbox"/> Lebih dari 5 kali			

<b>Nutrisi</b>	<input type="checkbox"/> Baik <input type="checkbox"/> Normal <input type="checkbox"/> Kurang			
	Rekomendasi untuk nutrisi <input type="checkbox"/> Ada <input type="checkbox"/> Tidak			
	Rekomendasi <input type="checkbox"/> Harap tingkatkan asupan makanan ( <input type="checkbox"/> Produk olahan susu <input type="checkbox"/> Protein <input type="checkbox"/> Sayuran ) <input type="checkbox"/> Harap mengurangi asupan ( <input type="checkbox"/> Lemak <input type="checkbox"/> Gula sederhana <input type="checkbox"/> Salinitas (garam) <input type="checkbox"/> Kebiasaan makan sehat ( <input type="checkbox"/> Tidak melewatkan sarapan <input type="checkbox"/> Mengonsumsi beragam makanan seimbang ) <input type="checkbox"/> Penyambungan (Kelas edukasi nutrisi)			

<b>Obesitas</b>	<input type="checkbox"/> Berat badan normal <input type="checkbox"/> Kelebihan berat <input type="checkbox"/> Obesitas			
	Rekomendasi untuk obesitas <input type="checkbox"/> Ada <input type="checkbox"/> Tidak			
	Rekomendasi <input type="checkbox"/> Harap mengurangi jumlah asupan makanan <input type="checkbox"/> Harap mengurangi cemilan dan cemilan malam <input type="checkbox"/> Harap mengurangi jumlah konsumsi alcohol dan frekuensinya <input type="checkbox"/> Harap mengurangi asupan makanan di luar atau makanan cepat saji <input type="checkbox"/> Harap merujuk pada rekomendasi untuk olahraga <input type="checkbox"/> Penyambungan (klinik obesitas) <input type="checkbox"/> Yang lain (     )			

Memberitahukan hasil penilaian kebiasaan kehidupan Anda seperti yang di atas.

20 . . . . .

Tanggal ditentukan

Doktor pemeriksaan : Nomor lisensi(kualifikasi)  
 Nama (Tanda tangan)

(Tanda institusi pemulihan)