

# Mini Nutritional Assessment

## MNA®

Nestlé  
Nutrition Institute

Soyad:

Ad:

Cinsiyet:

Yaş:

Ağırlık, kg:

Boy, cm:

Tarih:

Aşağıdaki soruları kutulara uygun rakamları yazarak yanıtlayın. Yazdığınız rakamları toplayın. Eğer Tarama puanı 11 veya altında ise Malnutrisyon Gösterge Puanı'nı elde etmek için değerlendirmeye devam edin.

### Tamara

**A Son üç ayda iştahsızlığa, sindirim sorunlarına, çiğneme veya yutma zorluklarına bağlı olarak besin alımında bir azalma oldu mu?**

0 = besin alımında şiddetli düşüş

1 = besin alımında orta derece düşüş

2 = besin alımında düşüş yok

**B Son üç ay içindeki kilo kaybı durumu**

0 = 3 kg'dan fazla kilo kaybı

1 = Bilinmiyor

2 = 1-3 kg arasında kilo kaybı

3 = Kilo kaybı yok

**C Hareketlilik**

0 = Yatak veya sandalyeye bağımlı

1 = Yataktan, sandalyeden kalkabiliyor ama evden dışarıya çıkamıyor

2 = Evden dışarı çıkabiliyor

**D Son üç ayda psikolojik stres veya akut hastalık şikayeti oldu mu?**

0 = Evet 2 = Hayır

**E Nöropsikolojik problemler**

0 = Ciddi bunama veya depresyon

1 = Hafif düzeyde bunama

2 = Hiçbir psikolojik problem yok

**F Vücut Kitle İndeksi (VKİ) = (Vücut ağırlığı-kg) / (Boy'un metre)<sup>2</sup>**

0 = VKİ 19'dan az (19 dahil değil)

1 = VKİ 19'la 21 arası (21 dahil değil)

2 = VKİ 21'le 23 arası (23 dahil değil)

3 = VKİ 23 ve üzeri

Tarama puanı (tamamı en çok 14 puan)

12-14 puan:

Normal nütrisyonel durum

8-11 puan:

Malnutrisyon riski altında

0-7 puan:

Malnutrisyonlu

Daha kapsamlı bir değerlendirme için G-R sorularını cevaplayınız

### Değerlendirme

**G Bağımsız yaşıyor (bakımevinde veya hastanede değil)**

1 = Evet 0 = Hayır

**H Günde 3 adetten fazla reçeteli ilaç alma**

0 = Evet 1 = Hayır

**I Bası yarası veya deri ülseri var**

0 = Evet 1 = Hayır

**J Hasta günde kaç öğün tam yemek yiyor?**

0 = 1 öğün

1 = 2 öğün

2 = 3 öğün

**K Protein alımı için seçilen besinler**

• Günde en az bir porsiyon süt ürünü (süt, peynir, yoğurt) tüketiyor

Evet  Hayır

• Haftada iki veya daha fazla porsiyon kuru baklagil veya yumurta tüketiyor

Evet  Hayır

• Her gün et, balık veya beyaz et tüketiyor

Evet  Hayır

0.0 = Eğer evet sayısı 0 veya 1 ise

0.5 = Eğer evet sayısı 2 ise

1.0 = Eğer evet sayısı 3 ise

**L Her gün iki veya daha fazla porsiyon meyve veya sebze tüketiyor**

0 = Hayır 1 = Evet

**M Her gün kaç bardak sıvı (su, meyve suyu, kahve, çay, süt, vb.) tüketiyor?**

0.0 = 3 bardaktan az

0.5 = 3-5 bardak

1.0 = 5 bardaktan fazla

**N Yemek yeme şekli nasıl?**

0 = Yardımsız yemek yiyemiyor

1 = Güçlükle kendi kendine yemek yiyebilir ama zorlanıyor

2 = Sorunsuz bir biçimde kendi kendine yiyor

**O Beslenme durumu ile ilgili düşüncesi**

0 = Kötü beslendiğini düşünüyor

1 = Kararsız

2 = Kendisini hiçbir beslenme sorunu olmayan bir kişi olarak görüyor

**P Aynı yaştaki kişilerle karşılaştırıldığında, sağlık durumunu nasıl değerlendiriyor?**

0.0 = İyi değil

0.5 = Bilmiyor

1.0 = İyi

2.0 = Çok iyi

**Q Kol çevresi (cm)**

0.0 = 21'den az

0.5 = 21-22

1.0 = 22 veya daha fazla

**R Baldır çevresi (cm)**

0 = 31'den az

1 = 31 veya daha fazla

Değerlendirme (en fazla 16 puan)

Tarama puanı

Toplam değerlendirme (en fazla 30 puan)

Ref.

Vellas B, Villars H, Abellan G, et al. *Overview of MNA® - Its History and Challenges*. J Nut Health Aging 2006; 10: 456-465.

Rubenstein LZ, Harker JO, Salva A, Guigoz Y, Vellas B. *Screening for Undernutrition in Geriatric Practice: Developing the Short-Form Mini Nutritional Assessment (MNA-SF)*. J Geront 2001; 56A: M366-377.

Guigoz Y. *The Mini-Nutritional Assessment (MNA®) Review of the Literature - What does it tell us?* J Nutr Health Aging 2006; 10: 466-487.

© Société des Produits Nestlé SA, Trademark Owners.

© Société des Produits Nestlé SA 1994, Revision 2009

Daha fazla bilgi için: [www.mna-elderly.com](http://www.mna-elderly.com)

### Malnutrisyon Gösterge Puanı

24 to 30 puan

Normal nütrisyonel durum

17 to 23.5 puan

Malnutrisyon riski altında

17 puandan aşağı

Malnutrisyonlu