

"تقييم التغذية المصغر"  
Mini Nutritional Assessment  
Long MNA®



إسم العائلة:

إسم العائلة:

التاريخ:

الطول(سم):

الوزن(كجم):

العمر:

الجنس:

أكمل المسح الأولي بملأ المربعات بالأرقام (النقاط) المناسبة. اجمع النقاط فإذا كان المجموع أقل من أو يساوي (11) استكمل التقييم لتحصل على مجموع النقاط لمؤشر سوء التغذية.

المسح الأولي

A. أ. هل نقص تناول الطعام خلال الثلاثة أشهر الماضية نتيجة لفقدان الشهية أو مشاكل في الهضم أو صعوبات في المضغ أو البلع؟

0 = فقدان شديد للشهية  
1 = فقدان متوسط للشهية  
2 = لا يوجد فقدان للشهية

B. ب. مدى فقدان الوزن خلال الأشهر الثلاثة الأخيرة

0 = فقدان الوزن أكثر من 3 كجم  
1 = غير معروف  
2 = فقدان الوزن من 1 إلى 3 كجم  
3 = لا يوجد فقدان في الوزن

C. ج. القدرة على الحركة

0 = ملازم للفراش أو للكرسي  
1 = قادر على القيام من الفراش / الكرسي ولكنه غير قادر على مغادرة المنزل  
2 = يغادر المنزل

D. د. أي إصابة بضغط نفسي أو مرض حاد في الأشهر الثلاثة الماضية

0 = نعم  
2 = لا

E. ه. أي إصابات عصبية ونفسية

0 = خرف شيخوخة شديد أو إكتئاب  
1 = خرف شيخوخة خفيف (معتدل)  
2 = غير مصاب بأمراض

F. و. معدل كتلة الجسم (الوزن بالكيلوجرام) ÷ (الطول بالمتراً)<sup>2</sup>

0 = معدل كتلة الجسم أقل من 19  
1 = معدل كتلة الجسم من 19 إلى أقل من 21  
2 = معدل كتلة الجسم من 21 إلى أقل من 23  
3 = معدل كتلة الجسم أكثر من أو يساوي 23

مجموع النقاط المحرزة في المسح الأولي (الحد الأقصى 14 نقطة)

12-14 نقطة : الحالة الغذائية طبيعية.  
8-11 نقطة : معرض لخطر سوء تغذية.  
0-7 نقطة : حالة سوء تغذية.

من أجل تقييم أشمل، أكمل الأسئلة من ( ز إلى ص )

التقييم

G. ز. يعيش مستقل (ليس في دار رعاية أو مستشفى)؟

0 = لا  
1 = نعم

H. ح. يتناول أكثر من ثلاث أدوية موصوفة يومياً؟

0 = نعم  
1 = لا

I. ط. يعاني من قرح الفراش أو قرح جلدية؟

0 = نعم  
1 = لا

J. ي. كم وجبة كاملة يتناولها المريض يومياً؟

0 = وجبة واحدة  
1 = وجبتان  
2 = ثلاث وجبات

K. ك. معدل تناول البروتينات

















































على الأقل حصة واحدة من منتجات الألبان (الحليب، الجبن، الزبادي) يومياً نعم  لا   
حصتان أو أكثر من الحبوب أو البيض في الأسبوع نعم  لا   
حصة من اللحم / السمك / الدواجن (الطيور) يومياً نعم  لا

0 = (صفر - 1) إجابة بنعم  
0.5 = إجابتان بنعم  
1 = 3 إجابات بنعم

الإجمالي

L. ل. يستهلك حصتين أو أكثر من الفواكه أو الخضروات يومياً

0 = لا  
1 = نعم

M. م. ما هي كمية السوائل (مياه، عصير، قهوة، شاي، حليب.....) المستهلكة يومياً؟





































0 = أقل من 3 أكواب  
0.5 = 3 إلى 5 أكواب

N. ن. أسلوب تناول الطعام:

0 = غير قادر على الأكل بدون مساعدة  
1 = يطعم نفسه مع بعض الصعوبة  
2 = يطعم نفسه بدون أي مشكلة

O. ص. الرؤية الذاتية لحالة التغذية

0 = يرى أن لديه سوء تغذية  
1 = غير متأكد من حالة التغذية  
2 = يرى أنه ليس لديه مشكلة في التغذية

P. ع. بالمقارنة بالأشخاص الآخرين من نفس العمر، كيف ينظر المريض الى حالته الصحية

























0 = ليست بنفس الجودة  
0.5 = لا يعرف  
1 = بنفس الجودة  
2 = أحسن

Q. ف. محيط منتصف الذراع (بالسنتيمتر)

0 = أقل من 21 سم  
0.5 = من 21 إلى 22 سم  
1 = 22 سم أو أكثر

R. ص. محيط كتلة (بطة) الساق (بالسنتيمتر)

0 = أقل من 31 سم  
1 = 31 سم أو أكثر

مجموع النقاط المحرزة في التقييم (الحد الأقصى 16 نقطة)
















= التقييم الإجمالي (الحد الأقصى 30 نقطة)

24 - 30 نقط  الحالة الغذائية طبيعية.  
17 - 23.5 نقطة  مُعرض لخطر سوء التغذية  
أقل من 17 نقطة  حالة سوء تغذية

References

- Vellas B, Villars H, Abellan G, et al. Overview of the MNA® - Its History and Challenges. *J Nutr 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.

Registered trademark of Société des Produits Nestlé S.A. © Société des Produits Nestlé S.A. "amended 2023".

Long MNA – Egypt/Arabic

Long-MNA\_AU1.0\_ara-EG\_nonMapi.docx