

# Long MNA<sup>®</sup>

## Mini Nutritional Assessment



성: \_\_\_\_\_ 이름: \_\_\_\_\_

성별: \_\_\_\_\_ 나이: \_\_\_\_\_ 체중(kg): \_\_\_\_\_ 키(cm): \_\_\_\_\_ 일자: \_\_\_\_\_

상자에 적합한 숫자를 입력하여 선별검사를 완료하십시오.  
선별점수를 더해 11점 이하이면 평가를 진행하여 영양실조 지표 점수를 구하십시오.

### 선별

**A** 지난 3개월 동안 밥맛이 없거나, 소화 문제가 있거나, 씹고 삼키는 것이 어려워서 식사량이 줄었습니까?

- 0 = 많이 줄었다.   
1 = 어느 정도 줄었다.  
2 = 변화 없다.

**B** 지난 3개월 동안 몸무게가 얼마나 줄었습니까?

- 0 = 3kg(6.6lbs) 초과   
1 = 모르겠다.  
2 = 1kg~3kg(2.2~6.6lbs)  
3 = 변화 없다.

**C** 거동 능력

- 0 = 침대나 의자에서만 생활 가능   
1 = 집에서만 활동 가능  
2 = 외출 가능

**D** 지난 3개월 동안 정신적 스트레스를 경험했거나 급성 질환을 앓았던 적이 있습니까?

- 0 = 예  2 = 아니요

**E** 신경심리학적 문제

- 0 = 중증 치매나 우울증   
1 = 경증 치매  
2 = 없음

**F1** 체질량지수(BMI) = 체중(kg) / 높이(m)<sup>2</sup>

- 0 = BMI < 19   
1 = 19 ≤ BMI < 21  
2 = 21 ≤ BMI < 23  
3 = BMI ≥ 23

선별점수(최대 14점)

- 12~14점      정상  
8~11점      영양실조 위험 있음  
0~7점      영양실조

보다 심도 있는 평가를 위해, 질문 G-R로 계속 진행하십시오.

### 평가

**G** 환자가 다른 사람의 도움 없이 일상생활이 가능합니까? (병원이나 요양원 등 시설에 있지 않음)

- 1 = 예  0 = 아니요

**H** 환자가 하루 3가지 이상의 처방약을 복용합니까?

- 0 = 예  1 = 아니요

**I** 압박궤양(욕창) 또는 피부궤양

- 0 = 예  1 = 아니요

**J** 환자가 하루에 몇 회 식사를 합니까?

- 0 = 1회   
1 = 2회   
2 = 3회

**K** 단백질 식품 섭취량

- 매일 1인분 이상 유제품(우유, 치즈, 요거트) 섭취      예  아니요
  - 주 2인분 이상 콩류 또는 계란 섭취      예  아니요
  - 매일 육류, 생선 또는 가금류 섭취      예  아니요
- 0.0 = '예'가 0 또는 1개    
0.5 = '예'가 2개    
1.0 = '예'가 3개

**L** 하루에 2인분 이상 과일류 또는 채소류를 섭취하십니까?

- 0 = 아니요  1 = 예

**M** 하루에 음료(물, 주스, 커피, 차, 우유 등)를 얼마나 섭취하십니까?

- 0.0 = 3컵 미만    
0.5 = 3컵~5컵    
1.0 = 5컵 초과

**N** 섭취 방식

- 0 = 도움 없이 섭취 불가   
1 = 혼자 식사 가능하나 어느 정도 어려움이 있음  
2 = 아무런 어려움 없이 혼자 식사 가능

**O** 영양 상태에 대한 환자의 관점

- 0 = 환자가 본인의 영양 상태가 불량하다고 생각함   
1 = 환자가 본인의 영양 상태에 대해 잘 모름  
2 = 환자가 본인은 영양 문제가 없다고 생각함

**P** 비슷한 연령의 다른 사람들과 비교했을 때, 환자가 본인의 건강 상태가 어떻다고 생각합니까?

- 0.0 = 다른 사람들에 비해 좋지 않다.    
0.5 = 잘 모르겠다.  
1.0 = 다른 사람들만큼 좋다.    
2.0 = 본인 건강이 더 낫다.

**Q** 상완위둘레(mid-arm circumference, cm)

- 0.0 = MAC < 21    
0.5 = 21 ≤ MAC < 22    
1.0 = MAC ≥ 22

**R** 종아리둘레(Calf circumference, cm)

- 0 = CC < 31   
1 = CC ≥ 31

평가(최대 16점)

선별점수

총 평가점수(최대 30점)

영양실조 지표 점수(Malnutrition Indicator Score)

- 24~30점            정상  
17~23.5점            영양실조 위험 있음  
< 17점            영양실조

### References

- Vellas B, Villars H, Abellan G, et al. Overview of the MNA<sup>®</sup> - 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<sup>®</sup>) Review of the Literature - What does it tell us? *J Nutr Health Aging*. 2006; **10**:466-487.