

Etternavn: _____

Fornavn: _____

Kjønn: _____

Alder: _____

Vekt, kg: _____

Høyde, cm: _____

Dato: _____

Besvar undersøkelsen (screeningen) ved å fylle inn de riktige poengsifrene. Bruk tallene fra hvert enkelt spørsmål og summer. Hvis oppnådd sum er 11 eller mindre, fortsett med del II for å få en samlet vurdering av ernæringsstilstanden.

Screening, del I

A Har matinntaket gått ned i løpet av de 3 siste månedene pga nedsatt appetitt, fordøyelsesproblemer, vanskeligheter med å tygge eller svelge?

0 = betydelig redusert matinntak

1 = noe redusert matinntak

2 = ingen endring i matinntaket

B Vekttap i løpet av de 3 siste månedene

0 = vekttap over 3 kg

1 = vet ikke

2 = vekttap mellom 1 og 3 kg

3 = ikke vekttap

C Mobilitet

0 = sengeliggende / sitter i stol

1 = i stand til å gå ut av seng / stol, men går ikke ute

2 = går ute

D Har opplevd psykologisk stress eller akutt sykdom i løpet av de 3 siste månedene?

0 = ja 2 = nei

E Neuropsykologiske problemer

0 = alvorlig demens eller depresjon

1 = mild demens

2 = ingen psykologiske lidelser

F Body Mass Index (BMI) = vekt (kg) / [høyde(m) x høyde(m)]

0 = BMI mindre enn 19

1 = BMI 19 til mindre enn 21

2 = BMI 21 til mindre enn 23

3 = BMI 23 eller større Screeningresultat, del I (sumtotal maks. 14 poeng)

12 - 14 poeng: Normal ernæringsstatus

8 - 11 poeng: Risiko for underernæring

0 - 7 poeng: Underernært

For en mer dyptgående vurdering, fortsett med spørsmål G-R

Screening, del II

G Bor i egen bolig (ikke på alders/sykehjem eller sykehus)

1 = ja 0 = nei

H Bruker mer enn tre typer reseptbelagte medisiner pr dag

0 = ja 1 = nei

I Trykksår eller hudsår

0 = ja 1 = nei

J Hvor mange fullstendige måltider spiser pasienten pr dag?

0 = 1 måltid

1 = 2 måltider

2 = 3 måltider

K Utvalgte markører for proteininntak

- Minst en porsjon melkeprodukter (melk, ost, yoghurt) pr dag

ja nei

- To eller flere porsjoner belgfrukter eller egg pr uke

ja nei

- Kjøtt, fisk eller kylling/ kalkun hver dag

ja nei

0.0 = hvis 0 eller 1 ja

0.5 = hvis 2 ja

1.0 = hvis 3 ja

L Spiser to eller flere porsjoner frukt eller grønnsaker pr dag?

0 = nei 1 = ja

M Hvor mye væske (vann, juice, kaffe, te, melk...) inntas pr dag?

0.0 = mindre enn 3 kopper

0.5 = 3 til 5 kopper

1.0 = mer enn 5 kopper

N Matinntak

0 = ikke i stand til å spise uten hjelp

1 = spiser selv med noe vanskeligheter

2 = spiser selv uten vanskeligheter

O Eget syn på ernæringsmessig status

0 = ser på seg selv som underernært

1 = er usikker på ernæringsmessig tilstand

2 = ser ikke på seg selv som underernært

P Hvordan vurderer pasienten sin egen helsetilstand sammenlignet med mennesker på samme alder?

0.0 = ikke like bra

0.5 = vet ikke

1.0 = like bra

2.0 = bedre

Q Overarmens omkrets (OO) i cm

0.0 = OO mindre enn 21 cm

0.5 = OO 21 til 22 cm

1.0 = OO mer enn 22 cm

R Leggomkrets (LO) i cm

0 = LO mindre en 31 cm

1 = LO 31cm eller større Screening, del II (maks. 16 poeng) Screening, del I Samlet vurdering, del I + del II (maks. 30 poeng)

MNA resultat

24 til 30 poeng Normal ernæringsstatus17 til 23.5 poeng Risiko for underernæringMindre enn 17 poeng Underernært

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.