

Mini Nutritional Assessment

थर:	नाम:			
लिङ्ग:	उमेर:	तौल, केजी:	उचाई, सेमी:	मिति:

बाकसहरूमा उपयुक्त नम्बरहरू भर्नुहोस्। सबै नम्बरहरू जोडेर पूर्णाङ्क निकाल्नुहोस्।

परीक्षण

A. भोक नलाग्ने, पाचन समस्या, चपाउनमा वा निल्नमा कठिनाइहरूले गर्दा विगतका 3 महिनादेखि खाना खानमा कमी आएको छ?

0 = खाना खानमा धेरै कमी

1 = खाना खानमा मध्यम कमी

2 = खाना खानमा कुनै कमी नभएको

B. विगत 3 महिनाको अवधिमा तौल घटेको छ?

0 = 3 केजी (6.6 पाउण्ड) भन्दा बढी तौल घटेको

1 = थाहा नभएको

2 = 1 र 3 केजी बीच तौल घटेको (2.2 र 6.6 पाउण्ड)

3 = कुन तौल नघटेको

C. हलचल गर्ने नगर्ने?

0 = ओछ्यान वा कुर्सीमा सीमित

1 = ओछ्यान/कुर्सीबाट उठ्न सक्षम हुने तर बाहिर नजाने

2 = बाहिर जाने

D. विगतका 3 महिनामा मनोवैज्ञानिक तनाव वा एक्युट रोगले पीडित हुनुभएको छ?

0 = छ

2 = छैन

E. न्यूरोसाइकोलोजिकल समस्याहरू

0 = गम्भीर डीमेन्शिया(मनोभ्रंश) वा डिप्रेसन

1 = मध्यम डीमेन्शिया(मनोभ्रंश)

2 = कुनै मनोवैज्ञानिक समस्याहरू नभएको

F1. शरीर पीण्ड सूचक (BMI) = (केजीमा तौल) / (मिटरमा उचाई)²

0 = 19 भन्दा कम BMI

1 = 19 देखि 21 सम्म BMI

2 = 21 देखि 23 सम्म BMI

3 = 23 वा सोभन्दा बढी BMI

BMI उपलब्ध छैन भने, प्रश्न F1 लाई प्रश्न F2 ले प्रतिस्थापन गर्नुहोस्।
प्रश्न F1 पहिले नै पूरा गरिएको छ भने, प्रश्न F2 को जवाफ नदिनुहोस्।

F2. सेमीमा पिंडोलाको परिधि (CC)

0 = 31 भन्दा CC कम

3 = 31 वा सोभन्दा बढी CC

परीक्षण स्कोर (अधिकतम 14 पोइन्टहरू)

12-14 पोइन्टहरू: सामान्य पोषणयुक्त स्थिति

8-11 पोइन्टहरू: कुपोषणको जोखिममा

0-7 पोइन्टहरू: कुपोषण भएको

सन्दर्भहरू

- 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.
- Kaiser MJ, Bauer JM, Ramsch C, et al. Validation of the Mini Nutritional Assessment Short-Form (MNA®-SF): A practical tool for identification of nutritional status. *J Nutr Health Aging* 2009; **13**:782-788.