

Tarkoitettu 65 vuotta täyttäneille

Sukunimi:

Etunimi:

Päivämäärä:

Ikä:

Täydennä näyttö täyttämällä laatikot asianmukaisilla luvuilla. Summaa luvut yhteen lopullista seulontapisteytystä varten.

### Seulonta

**A Onko ravinnon nauttiminen vähentynyt viimeisten 3 kuukauden aikana [SYÖTÄ YKSI LUKU]** *Syötä soveliaain luku (0, 1, tai 2) oikealla olevaan ruutuun.*

0 = vakava ravinnon nauttimisen väheneminen  
1 = kohtalainen ravinnon nauttimisen väheneminen  
2 = ei muutosta ravinnon nauttimisessa

**B Kuinka paljon painosi on pudonnut viimeisten 3 kuukauden aikana? [SYÖTÄ YKSI LUKUARVO]** *Syötä soveliaain luku (0, 1, 2 tai 3) oikealla olevaan ruutuun.*

0 = paino pudonnut yli 3 kg  
1 = en tiedä kuinka paljon paino pudonnut  
2 = paino pudonnut 1-3 kg  
3 = ei painon putoamista

**C Miten kuvailisit nykyistä liikkumistasi? [SYÖTÄ YKSI LUKUARVO]** *Syötä soveliaain luku (0, 1, tai 2) oikealla olevaan ruutuun.*

0 = en kykene siirtymään vuoteesta, tuolilta, tai pyörätuolista ilman toisen henkilön apua  
1 = kykenen siirtymään vuoteesta tai tuolilta, mutta en kykene siirtymään kodin ulkopuolelle  
2 = kykenen siirtymään kodin ulkopuolelle

**D Oletko ollut stressaantunut tai vakavasti sairas viimeisten kolmen kuukauden aikana? [SYÖTÄ YKSI LUKUARVO]** *Syötä soveliaain luku (0 tai 2) oikealla olevaan ruutuun.*

0 = kyllä  
2 = ei

**E Koetko tällä hetkellä dementiaa ja/tai pitkittynyttä syvää surullisuutta? [SYÖTÄ YKSI LUKUARVO]** *Syötä soveliaain luku (0, 1, tai 2) oikealla olevaan ruutuun.*

0 = kyllä, vakavaa dementiaa ja/tai pitkittynyttä syvää surullisuutta  
1 = kyllä, lievää dementiaa ja/tai pitkittynyttä syvää surullisuutta  
2 = ei dementiaa eikä pitkittynyttä syvää surullisuutta

**Summaa yhteen kaikki luvut, jotka syötit laatikoihin kysymyksissä A-E ja kirjaa lukuarvo tähän:**

Nyt, VALITSE YKSI seuraavista kahdesta kysymyksestä – F1 tai F2 – vastattavaksi

**Kysymys F1**

Pituus (cm)		Kehon paino (kg)			Ks. kaavio vasemmalla ja noudata näitä ohjeita:
147.5	Vähemmän kuin 41.1	41.1 – 45.3	45.4 – 49.6	49.7 tai enemmän	
150	Vähemmän kuin 42.8	42.8 – 47.2	47.3 – 51.7	51.8 tai enemmän	
152.5	Vähemmän kuin 44.2	44.2 – 48.7	48.8 – 53.4	53.5 tai enemmän	
155	Vähemmän kuin 45.6	45.6 – 50.4	50.5 – 55.2	55.3 tai enemmän	
157.5	Vähemmän kuin 47.1	47.1 – 52.0	52.1 – 57.0	57.1 tai enemmän	
160	Vähemmän kuin 48.6	48.6 – 53.7	53.8 – 58.8	58.9 tai enemmän	
162.5	Vähemmän kuin 50.2	50.2 – 55.4	55.5 – 60.6	60.7 tai enemmän	
165	Vähemmän kuin 51.7	51.7 – 57.1	57.2 – 62.5	62.6 tai enemmän	
167.5	Vähemmän kuin 53.3	53.3 – 58.8	58.9 – 64.4	64.5 tai enemmän	
170	Vähemmän kuin 54.9	54.9 – 60.6	60.7 – 66.4	66.5 tai enemmän	
172.5	Vähemmän kuin 56.5	56.5 – 62.4	62.5 – 68.3	68.4 tai enemmän	
175	Vähemmän kuin 58.2	58.2 – 64.2	64.3 – 70.3	70.4 tai enemmän	
177.5	Vähemmän kuin 59.9	59.9 – 66.1	66.2 – 72.4	72.5 tai enemmän	
180	Vähemmän kuin 61.6	61.6 – 67.9	68.0 – 74.4	74.5 tai enemmän	
182.5	Vähemmän kuin 63.3	63.3 – 69.8	69.9 – 76.5	76.6 tai enemmän	
185	Vähemmän kuin 65.0	65.0 – 71.8	71.9 – 78.6	78.7 tai enemmän	
187.5	Vähemmän kuin 66.8	66.8 – 73.7	73.8 – 80.8	80.9 tai enemmän	
190	Vähemmän kuin 68.6	68.6 – 75.7	75.8 – 82.9	83.0 tai enemmän	
192.5	Vähemmän kuin 70.4	70.4 – 77.7	77.8 – 85.1	85.2 tai enemmän	
<b>Ryhmä</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	Kirjoita Ryhmännumero (1, 2, tai 3) tähän: <input type="text"/> Kirjoita kysymysten A – E summa (sivulta 1) <input type="text"/> Lopuksi, laske yhteen näiden 2 luvun summa. Tämä on SEULONTAPISTEITY KSESI: <input type="text"/>

**Kysymys F2**

ÄLÄ VASTAA KYSYMYKSEEN F2 JOS VASTASIT JO KYSYMYKSEEN F1

Mittaa VASEMMAN pohkeesi ympärysmitta noudattamalla alla olevia ohjeita:

- Kierrä mittanauha pohkeesi ympäri mitataksesi sen koon.
- Kirjaa mittaus cm:inä \_\_\_\_\_
  - Mikäli vähemmän kuin 31 cm, syötä "0" laatikkoon oikealla.
  - Jos 31 cm tai suurempi, syötä "3" laatikkoon oikealla..



© SIGVARIS

Kirjoita kysymysten summa A-E (sivulta 1) tähän:

 

Lopuksi, laske yhteen näiden 2 luvun summa. Tämä on SEULONTAPISTEITYKSESI:

 

**SEULONTAPISTEITYTYS (maksimi 14 pistettä)**

12-14 pistettä: Normaali ravitsemustila

8-11 pistettä: Aliravitsemuksen riski

0-7 pistettä: Aliravittu

Kopioi SEULONTAPISTEITYKSESI:

 

**Jos pisteytyksesi on välillä 0 – 11, vie tämä lomake mukanasasi terveydenhoidon ammattilaiselle konsultaatiota varten.**