

Mini prehranska anamneza (Mini Nutritional Assessment) MNA[®]

Priimek :	Ime:	Spol:	Datum:
Starost:	Tel. masa, kg:	Tel. višina, cm:	ID-številka:

Izpolnite obrazec. V kvadratke v vsakem razdelku vpišite ustrezno številčno vrednost. Seštejte vpisane vrednosti v kvadratih poglavja "Orientacijski test". Če je vsota 11 ali manj, nadaljujte s poglavjem "Ugotavljanje stanja" in določite oceno prehranjenosti.

Orientacijski test

A Ali se je vnos hrane v zadnjih 3. mesecih zmanjšal zaradi izgube apetita, prebavnih težav ali težav z žvečenjem in požiranjem?

- 0 = pomembno zmanjšanje vnosa hrane
1 = zmerno zmanjšanje vnosa hrane
2 = brez zmanjšanja vnosa hrane

B Izguba telesne mase v zadnjih 3. mesecih

- 0 = shujšal-a za več kot 3 kg (6.6 lbs)
1 = ne ve
2 = shujšal-a med 1 in 3 kg (2.2 in 6.6 lbs)
3 = ni shujšal-a

C Telesna gibljivost

- 0 = vezan-a na posteljo ali voziček
1 = lahko vstane iz postelje/vozička, vendar ne hodi ven
2 = hodi ven

D Ali je bolnik doživel psihološki stres ali bil akutno bolan v zadnjih 3. mesecih?

- 0 = da 2 = ne

E Nevropsihološke težave

- 0 = težja oblika demence ali depresije
1 = lažja oblika demence
2 = brez psiholoških težav

F Indeks telesne mase (ITM) = (masa v kg) / (višina v m)²

- 0 = ITM manjši od 19
1 = ITM 19 do manj kot 21
2 = ITM 21 do manj kot 23
3 = ITM 23 ali več

Vmesni rezultat orientacijskega testa (največ 14 točk)

- 12-14 točk: normalna prehranjenost
8-11 točk: tveganje podhranjenosti
0-7 točk: podhranjenost

Za poglobljeno oceno nadaljujte z vprašanji od G do R

Ugotavljanje stanja

G Živi samostojno (ni v bolnišnici ali domu upokojencev)

- 1 = da 0 = ne

H Dnevno jemlje več kot 3 vrste zdravil na recept

- 0 = da 1 = ne

I Razjeda zaradi stresa

- 0 = da 1 = ne

- Ref:**
1. Vellas B, Villars H, Abellan G, et al. Overview of the MNA[®] - Its History and Challenges. *J Nutr Health Aging*. 2006; **10**:456-465.
2. 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
3. Guigoz Y. The Mini-Nutritional Assessment (MNA[®]) Review of the Literature - What does it tell us? *J Nutr Health Aging*. 2006; **10**:466-487.

J Koliko polnih obrokov zaužije pacient dnevno?

- 0 = 1 obrok
1 = 2 obroka
2 = 3 obroke

K Izbrani indikatorji prehranskega vnosa beljakovin

- Najmanj 1 obrok dnevno, ki vsebuje mlečne izdelke (mleko, sir, jogurt) da ne
- 2 ali več obrokov tedensko, ki vsebuje stročnice ali jajca da ne
- Meso, ribe ali perutnina vsak dan da ne

- 0.0 = 0 ali odgovor da
0.5 = 2 odgovora da
1.0 = 3 odgovori da

L Z obroki dnevno dvakrat ali večkrat zaužije sadje ali zelenjavo?

- 0 = ne 1 = da

M Koliko tekočine (voda, sok, kava, čaj, mleko) zaužije bolnik dnevno?

- 0.0 = manj kot 3 skodelice
0.5 = 3 do 5 skodelic
1.0 = več kot 5 skodelic

N Način uživanja hrane

- 0 = ne more uživati hrane brez pomoči
1 = se samostojno prehranjuje z nekaj težavami
2 = se samostojno prehranjuje brez težav

O Kako ocenjuje svoje stanje prehranjenosti?

- 0 = vidi se kot podhranjen-a
1 = ni prepričan-a glede svojega stanja prehranjenosti
2 = vidi se brez težav v zvezi prehranjenostjo

P Kako ocenjuje svoje zdravstveno stanje v primerjavi z drugimi iste starostne skupine?

- 0.0 = slabše
0.5 = ne ve
1.0 = primerljivo
2.0 = boljše

Q Sredinski obseg podlakti (SOP) v cm

- 0.0 = SOP manjši od 21
0.5 = SOP od 21 do 22
1.0 = SOP več kot 22

R Sredinski obseg meč (SOM) v cm

- 0 = SOM manj kot 31
1 = SOM 31 ali več

Ugotavljanje stanja (največ 16 točk)

Orientacijski test

Vsota (največ 30 točk)

Ocena prehranjenosti

- 24 do 30 točk normalna prehranjenost
17 do 23.5 točk tveganje podhranjenosti
manj kot 17 točk podhranjenost