

# Mini Nutritional Assessment

## MNA<sup>®</sup>



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 x høyde)

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 undernæring

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)

☐☐ . ☐

Ref. Vellas B, Villars H, Abellan G, et al. Overview of MNA<sup>®</sup> - 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<sup>®</sup>) Review of the Literature – What does it tell us? J Nutr Health Aging 2006; 10: 466-487.  
© Société des Produits Nestlé, S.A., Vevey, Switzerland, Trademark Owners  
© Nestlé, 1994, Revision 2006. N67200 12/99 10M  
Se mer info på: [www.mna-elderly.com](http://www.mna-elderly.com)

MNA resultat

24 til 30 poeng

☐

Normal ernæringsstatus

17 til 23.5 poeng

☐

Risiko for undernæring

Mindre enn 17 poeng

☐

Underernært