

# Ocena stanu odżywienia

## Mini Nutritional Assessment - MNA®

Nestlé  
Nutrition Institute

Nazwisko: \_\_\_\_\_ Imię: \_\_\_\_\_  
Płeć: \_\_\_\_\_ Wiek: \_\_\_\_\_ Masa ciała, kg: \_\_\_\_\_ Wzrost, cm: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

Proszę uzupełnić formularz, wpisując w kratki odpowiednią cyfrę oznaczającą odpowiedź. Dodaj cyfry w celu uzyskania oceny końcowej. Jeśli uzyskana ocena wynosi 11 punktów lub poniżej, kontynuuj ocenę pacjenta w celu uzyskania wyniku wskaźnika niedożywienia (Malnutrition Indicator Score).

### Badanie przesiewowe

#### A Czy ograniczenie spożywania posiłków w ostatnich 3 miesiącach wiązało się z utratą apetytu, zaburzeniami trawienia, połykania czy żucia?

- 0 = ciężkie ograniczenie spożywania posiłków  
1 = umiarkowane ograniczenie spożywania posiłków  
2 = brak ograniczenia spożywania posiłków

#### B Utrata masy ciała w ciągu ostatnich 3 miesięcy

- 0 = utrata masy ciała powyżej 3 kg  
1 = nieznana  
2 = utrata masy ciała między 1 a 3 kg  
3 = brak utraty masy ciała

#### C Możliwość poruszania

- 0 = unieruchomienie w łóżku lub fotelu  
1 = może wstawać z łóżka lub fotela, ale bez opuszczania mieszkania  
2 = pełna sprawność

#### D Czy pacjent/ka w ciągu ostatnich 3 miesięcy cierpiał/a z powodu stresu psychologicznego lub ciężkiej choroby?

- 0 = tak                      2 = nie

#### E Zaburzenia neuropsychologiczne

- 0 = ciężkie otępienie lub depresja  
1 = łagodne otępienie  
2 = bez zaburzeń psychologicznych

#### F Wskaźnik masy ciała (BMI) (masa ciała w kg) / (wzrost w m)<sup>2</sup>

- 0 = BMI < 19  
1 = 19 ≤ BMI < 21  
2 = 21 ≤ BMI < 23  
3 = BMI ≥ 23

#### Wynik oceny z badania przesiewowego (maksymalnie 14 punktów)

- 12 -14 punktów:      Prawidłowy stan odżywienia  
8 -11 punktów:      Zagrożenie niedożywieniem  
0 -7 punktów:        Niedożywienie

W celu przeprowadzenia dokładniejszej oceny proszę odpowiedzieć na pytania G-R.

### Ocena pacjenta/ki

#### G Czy pacjent/ka mieszka samodzielnie we własnym domu (nie w domu opieki czy szpitalu)?

- 1 = tak                      0 = nie

#### H Czy pacjent/ka przyjmuje więcej niż 3 leki przepisane na receptę dziennie?

- 0 = tak                      1 = nie

#### I Odłężyny lub owrzodzenia skórne

- 0 = tak                      1 = nie

#### J Ile pełnych posiłków dziennie spożywa pacjent/ka?

- 0 = 1 posiłek  
1 = 2 posiłki  
2 = 3 posiłki

#### K Wybrane pokarmy określające spożycie białka

- Co najmniej jedna porcja produktów mlecznych (mleko, ser, jogurt) dziennie      tak  nie
  - Dwie lub więcej porcji roślin strączkowych lub jajek tygodniowo      tak  nie
  - Porcja mięsa, ryb lub drobiu codziennie      tak  nie
- 0,0 = jeśli 0 lub 1 x tak  
0,5 = jeśli 2 x tak  
1,0 = jeśli 3 x tak

#### L Czy pacjent/ka spożywa dwie lub więcej porcji owoców lub warzyw dziennie?

- 0 = nie                      1 = tak

#### M Ile filiżanek/szklanek napojów (woda, sok, kawa, herbata, mleko...) pacjent/ka wypija dziennie?

- 0,0 = mniej niż 3  
0,5 = od 3 do 5  
1,0 = powyżej 5

#### N Sposób żywienia

- 0 = wymaga pomocy w czasie jedzenia  
1 = je posiłki samodzielnie ale z pewnymi trudnościami  
2 = je posiłki samodzielnie bez żadnego problemu

#### O Samodzielna ocena stanu odżywienia

- 0 = pacjent/ka twierdzi, że jest niedożywiony/a  
1 = pacjent/ka nie jest pewny/a własnego stanu odżywienia  
2 = pacjent/ka nie dostrzega żadnego problemu w związku z własnym stanem odżywienia

#### P Jak pacjent/ka ocenia własny stan zdrowia w porównaniu z rówieśnikami?

- 0,0 = nie tak dobry  
0,5 = nie potrafi ocenić  
1,0 = tak samo dobry  
2,0 = lepszy

#### Q Obwód ramienia w połowie długości (MAC) w cm

- 0,0 = MAC < 21  
0,5 = 21 ≤ MAC ≤ 22  
1,0 = MAC > 22

#### R Obwód łydki (CC) w cm

- 0 = CC < 31  
1 = CC ≥ 31

#### Wynik oceny pacjenta/ki (maksymalnie 16 punktów)

#### Wyniki oceny z badania przesiewowego

#### Wynik końcowy oceny pacjenta/ki (maksymalnie 30 punktów)

#### Wynik oceny wskaźnika niedożywienia

- 24 do 30 punktów            Prawidłowy stan odżywienia  
17 do 23,5 punktu            Zagrożenie niedożywieniem  
Poniżej 17 punktów            Niedożywienie

#### Piśmiennictwo

- 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 Gerontol*. 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.
- © Société des Produits Nestlé SA, Trademark Owners.  
© Société des Produits Nestlé SA 1994, Revision 2009.