

# Mini Nutritional Assessment

## MNA<sup>®</sup>

Nestlé  
Nutrition Institute

Name:		Vorname:		
Geschlecht:	Alter (Jahre):	Gewicht (kg):	Größe (m):	Datum:

Füllen Sie den Bogen aus, indem Sie die zutreffenden Zahlen in die Kästchen eintragen. Addieren Sie die Zahlen des Screenings. Ist der Wert  $\leq 11$ , fahren Sie mit dem Assessment fort, um den Mangelernährungs-Index zu erhalten.

### Screening

**A Hat der Patient während der letzten 3 Monate wegen Appetitverlust, Verdauungsproblemen, Schwierigkeiten beim Kauen oder Schlucken weniger gegessen?**  
0 = starke Abnahme der Nahrungsaufnahme  
1 = leichte Abnahme der Nahrungsaufnahme  
2 = keine Abnahme der Nahrungsaufnahme

**B Gewichtsverlust in den letzten 3 Monaten**  
0 = Gewichtsverlust > 3 kg  
1 = nicht bekannt  
2 = Gewichtsverlust zwischen 1 und 3 kg  
3 = kein Gewichtsverlust

**C Mobilität**  
0 = bettlägerig oder in einem Stuhl mobilisiert  
1 = in der Lage, sich in der Wohnung zu bewegen  
2 = verlässt die Wohnung

**D Akute Krankheit oder psychischer Stress während der letzten 3 Monate?**  
0 = ja    2 = nein

**E Neuropsychologische Probleme**  
0 = schwere Demenz oder Depression  
1 = leichte Demenz  
2 = keine psychologischen Probleme

**F Body Mass Index (BMI): Körpergewicht in kg / (Körpergröße in m)<sup>2</sup>**  
0 = BMI < 19  
1 = 19  $\leq$  BMI < 21  
2 = 21  $\leq$  BMI < 23  
3 = BMI  $\geq$  23

Ergebnis des Screenings (max. 14 Punkte)

12-14 Punkte:                    Normaler Ernährungszustand  
8-11 Punkte:                    Risiko für Mangelernährung  
0-7 Punkte:                     Mangelernährung

Für ein tiefergehendes Assessment fahren Sie bitte mit den Fragen G-R fort

### Assessment

**G Lebt der Patient eigenständig zu Hause?**  
1 = ja    0 = nein

**H Nimmt der Patient mehr als 3 verschreibungspflichtige Medikamente pro Tag?**  
0 = ja    1 = nein

**I Hat der Patient Druck- oder Hautgeschwüre?**  
0 = ja    1 = nein

**J Wie viele Hauptmahlzeiten isst der Patient pro Tag?**  
0 = 1 Mahlzeit  
1 = 2 Mahlzeiten  
2 = 3 Mahlzeiten

**K Eiweißzufuhr: Isst der Patient**

- mindestens einmal pro Tag Milchprodukte (Milch, Käse, Joghurt)? ja  nein
- mindestens zweimal pro Woche Hülsenfrüchte oder Eier? ja  nein
- täglich Fleisch, Fisch oder Geflügel? ja  nein

0,0 = wenn 0 oder 1 mal «ja»  
0,5 = wenn 2 mal «ja»  
1,0 = wenn 3 mal «ja»  ,

**L Isst der Patient mindestens zweimal pro Tag Obst oder Gemüse?**  
0 = nein    1 = ja

**M Wie viel trinkt der Patient pro Tag? (Wasser, Saft, Kaffee, Tee, Milch ...)**  
0,0 = weniger als 3 Gläser / Tassen  
0,5 = 3 bis 5 Gläser / Tassen  
1,0 = mehr als 5 Gläser / Tassen  ,

**N Essensaufnahme mit / ohne Hilfe**  
0 = braucht Hilfe beim Essen  
1 = isst ohne Hilfe, aber mit Schwierigkeiten  
2 = isst ohne Hilfe, keine Schwierigkeiten

**O Wie schätzt der Patient seinen Ernährungszustand ein?**  
0 = mangelernährt  
1 = ist sich unsicher  
2 = gut ernährt

**P Im Vergleich mit gleichaltrigen Personen schätzt der Patient seinen Gesundheitszustand folgendermaßen ein:**  
0,0 = schlechter  
0,5 = weiß es nicht  
1,0 = gleich gut  
2,0 = besser  ,

**Q Oberarmumfang (OAU in cm)**  
0,0 = OAU < 21  
0,5 = 21  $\leq$  OAU  $\leq$  22  
1,0 = OAU > 22  ,

**R Wadenumfang (WU in cm)**  
0 = WU < 31  
1 = WU  $\geq$  31

Assessment (max. 16 Punkte)   ,

Screening   ,

Gesamtauswertung (max. 30 Punkte)   ,

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

Mehr Informationen unter: [www.mna-elderly.com](http://www.mna-elderly.com)

### Auswertung des Mangelernährungs-Index

24-30 Punkte                     Normaler Ernährungszustand  
17-23,5 Punkte                     Risiko für Mangelernährung  
Weniger als 17 Punkte                     Mangelernährung