

Mini Nutritional Assessment

MNA[®]

Huling Pangalan:

Unang Pangalan:

Kasarian:

Edad:

Timbang, kg:

Taas, cm:

Petsa:

Kumpletuhin ang iskrin sa pamamagitan ng pagpuno sa mga nasa kahon ng mga naaangkop na numero. Idagdag ang numero para sa iskrin. Kapag ang iskor ay 11 o mababa, ipagpatuloy ang pagtatatasa upang maabot ang Iskor ng Palatandaan sa Malnutrisyon.

Iskrining

A Humina ba ang pagkain sa loob ng nakaraang 3 buwan dahil sa kawalan ng gana, mga problema sa pagtunaw ng pagkain, mga hirap sa pagnguya o paglunok?

- 0 = Malalang pagbawas ng pagkain
1 = Katamtamang pagbawas ng pagkain
2 = Walang pagbawas ng pagkain

B Pagbaba ng timbang sa nakaraang 3 buwan?

- 0 = Pagbaba ng timbang higit sa 3 kg (6.6 libra)
1 = Hindi alam
2 = Pagbaba ng timbang sa pagitan ng 1 at 3 kg (2.2 at 6.6 libras)
3 = Walang pagbaba ng timbang

C Kadaliang Kumilos?

- 0 = Nakaratay sa kama o upuan
1 = Nakakaalis sa kama/upuan, pero di lumalabas
2 = Lumalabas

D Nagdurusa ba sa stress sikolohikal o malubhang karamdaman sa nakaraang 3 buwan?

- 0 = oo 2 = Hindi

E Mga problemang neurosikolohikal

- 0 = Malalang dementia o depresyon
1 = Banayad na dementia
2 = Walang problemang sikolohikal

F Body Mass Index (BMI) = (bigat sa kg) / (taas sa m)²

- 0 = BMI bawas kaysa 19
1 = BMI 19 hanggang bawas kaysa 21
2 = BMI 21 hanggang bawas kaysa 23
3 = BMI 23 o higit pa

Iskor ng Iskrining (Subtotal max. 14 puntos)

- 12-14 puntos: Normal na kalagayang pangnutrisyon
8-11 puntos: May panganib ng malnutrisyon
0-7 puntos: Maling nutrisyon

Para sa mas malalim na pagtatasa, magpatuloy sa mga tanong G-R.

Pagtataya

G Namumuhay nang mag-isa (hindi sa alagaang tahanan o ospital)

- 1 = oo 0 = hindi

H Gumagamit ng higit sa 3 resetang gamot bawat araw

- 0 = oo 1 = hindi

I Mga sugat sa pagkaratay o ulser sa balat

- 0 = oo 1 = hindi

J Ilang ganap na pagkain ang nakakain ng pasyente araw-araw?

- 0 = 1 pagkain
1 = 2 pagkain
2 = 3 pagkain

K Mga piling consumption markers ng pagkain ng protina

- Kahit isang bahagi ng mga produktong pagawaan ng gatas (gatas, keso, yoghurt) bawat araw oo hindi
- Dalawa o higit pang bahagi ng mga butong-gulay o itlog bawat linggo oo hindi
- Karne, isda o poultry bawat araw
0.0 = kung 0 o 1 oo
0.5 = kung 2 oo
1.0 = kung 3 oo

L Kumukunsumo ng dalawa o higit pang bahagi ng prutas o mga gulay bawat araw

- 0 = hindi 1 = oo

M Gaano karaming likido (tubig, katas, kape, tsaa, gatas...) ang kinukunsumo bawat araw?

- 0.0 = wala pang 3 tasa
0.5 = 3 hanggang 5 tasa
1.0 = higit sa 5 tasa

N Pamaraan ng pagpakain

- 0 = di makakain nang walang tulong
1 = nakakakain sa sarili nang may kaunting hirap
2 = nakakakain sa sarili nang walang anumang problema

O Sariling-pagtingin sa kalagayang pangnutrisyon

- 0 = tinitingnan ang sarili bilang may kakulangan sa nutrisyon
1 = ay di-tiyak sa kalagayang pangnutrisyon
2 = tinitingnan ang sarili nang walang problemang pangnutrisyon

P Sa paghahambing sa iba pang tao na may parehong edad, paano itinuturing ng pasyente ang kanyang kalagayang pangkalusugan?

- 0.0 = di kasimbuti
0.5 = Hindi alam
1.0 = kasimbuti
2.0 = mas mabuti

Q Sirkumperensiya ng gitnang braso (mid-arm circumference MAC) sa cm

- 0.0 = MAC wala pang 21
0.5 = MAC 21 hanggang 22
1.0 = MAC higit sa 22

R Sirkumperensiya ng likod ng binti (calf circumference CC) sa cm

- 0 = CC wala pang 31
1 = CC 31 o higit pa

Pagtatasa (max. 16 puntos)

Iskor ng Iskrining

Buong Pagtatasa (MAX 30 puntos)

Iskor ng Palatandaan sa Maling Nutrisyon

- 24 hanggang 30 puntos Kalagayan ng karaniwang pangnutrisyon
17 hanggang 23.5 puntos May panganib ng malnutrisyon
Wala pang 17 puntos Maling nutrisyon

Mga Reperensiya

- 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 Geront*. 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.

Para sa higit pang impormasyon, pumunta sa www.mna-elderly.com