

Mini Nutritional Assessment MNA[®]



പേരിന്റെ അവസാനഭാഗം: _____ പേരിന്റെ ആദ്യഭാഗം: _____

ലിംഗഭേദം: _____ പ്രായം: _____ ഭാരം, കിലോഗ്രാം: _____ ഉയരം, സെന്റീമീറ്റർ: _____ തീയതി: _____

ഉചിതമായ സംഖ്യകൾ ഉപയോഗിച്ച് ബോക്സുകൾ പൂരിപ്പിച്ചുകൊണ്ട് സ്ക്രീൻ പൂർത്തിയാക്കുക. അതിമ സ്ക്രീനിംഗ് സ്കോറിനായുള്ള സംഖ്യകളുടെ മൊത്തം.

സ്ക്രീനിംഗ്

- A. വിശപ്പില്ലായ്മ, ദഹന പ്രശ്നങ്ങൾ, ചവയ്ക്കാനോ വിഴുങ്ങാനോ ഉള്ള ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ എന്നിവ കാരണം കഴിഞ്ഞ 3 മാസക്കാലത്ത് ഭക്ഷണം കഴിക്കലിൽ കുറവുണ്ടായോ?**
- 0 = ഭക്ഷണം കഴിക്കലിൽ ഗൗരവതരമായ കുറവ്
1 = ഭക്ഷണം കഴിക്കലിൽ മിതമായ കുറവ്
2 = ഭക്ഷണം കഴിക്കലിൽ കുറവില്ല
- B. കഴിഞ്ഞ 3 മാസക്കാലത്ത് ശരീരഭാരം കുറഞ്ഞോ?**
- 0 = 3 കിലോഗ്രാമിൽ (6.6 പൗണ്ട്) കൂടുതൽ തൂക്കം കുറഞ്ഞു
1 = അറിയില്ല
2 = 1 കിലോഗ്രാമിനും 3 കിലോഗ്രാമിനും ഇടയിൽ തൂക്കം കുറഞ്ഞു (2.2 പൗണ്ടിനും 6.6 പൗണ്ടിനും ഇടയിൽ)
3 = തൂക്കം കുറഞ്ഞില്ല
- C. ചലനക്ഷമത?**
- 0 = കിടക്കയിലോ കസേരയിലോ ആയിരുന്നു
1 = കിടക്കയിൽ നിന്ന്/കസേരയിൽ നിന്ന് എഴുന്നേൽക്കാൻ കഴിഞ്ഞു, എന്നാൽ പുറത്തുപോകാനാവുന്നില്ല
2 = പുറത്തുപോകുന്നുണ്ട്
- D. കഴിഞ്ഞ 3 മാസത്തിൽ മാനസിക സമ്മർദ്ദം അല്ലെങ്കിൽ തീവ്രമായ രോഗം അനുഭവപ്പെട്ടോ?**
- 0 = ഉവ്വ്
2 = ഇല്ല
- E. ന്യൂറോസൈക്കോളജിക്കൽ പ്രശ്നങ്ങൾ**
- 0 = തീവ്രമായ മതിഭ്രമം അല്ലെങ്കിൽ വിഷാദം
1 = മിതമായ മതിഭ്രമം
2 = മാനസികമായ പ്രശ്നങ്ങളില്ല
- F1. ബോഡി മാസ് ഇൻഡക്സ് (BMI) = (ശരീരഭാരം കിലോഗ്രാമിൽ) / (ഉയരം മീറ്ററിൽ) ²**
- 0 = BMI 19-ൽ താഴെ
1 = BMI 19 മുതൽ 21-ൽ താഴെ വരെ
2 = BMI 21 മുതൽ 23-ൽ താഴെ വരെ
3 = BMI 23 അല്ലെങ്കിൽ അതിൽ കൂടുതൽ

BMI ലഭ്യമല്ലെങ്കിൽ, ചോദ്യം F1-ന് പകരം ചോദ്യം F2 പൂർത്തിയാക്കുക. ചോദ്യം F1 പൂർത്തിയാക്കിയിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ, ചോദ്യം F2-ന് ഉത്തരം നൽകരുത്.

- F2. കാൽവണ്ണയുടെ ചുറ്റളവ് (CC) സെന്റീമീറ്ററിൽ**
- 0 = CC 31-ൽ താഴെ
3 = CC 31 അല്ലെങ്കിൽ അതിൽ കൂടുതൽ

സ്ക്രീനിംഗ് സ്കോർ (പരമാവധി 14 പോയിന്റ്)

12 – 14 പോയിന്റ്: സാധാരണ ന്യൂട്രീഷണൽ സ്റ്റാറ്റസ്

8 – 11 പോയിന്റ്: പോഷകാഹാരക്കുറവിന്റെ അപകടസാധ്യതയിൽ

0 – 7 പോയിന്റ്: പോഷകാഹാരക്കുറവ്

റഫറൻസുകൾ

- 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.
- Kaiser MJ, Bauer JM, Ramsch C, et al. Validation of the Mini Nutritional Assessment Short-Form (MNA[®]-SF): A practical tool for identification of nutritional status. *J Nutr Health Aging* 2009; **13**:782-788.