

שם פרטי: _____ שם משפחה: _____

תאריך: _____ גובה, ס"מ: _____ משקל, ק"ג: _____ גיל: _____ מין: _____

בצע את בדיקת הסקר על-ידי מילוי התיבות במספרים המתאימים. חשב את סכום המספרים כדי לקבל את הציון הסופי בבדיקת הסקר.

בדיקת סקר

א. האם צריכת המזון פחתה במהלך שלושת החודשים האחרונים עקב אובדן תיאבון, בעיות עיכול, קשיי לעיסה או בליעה?

0 = ירידה חמורה בצריכת המזון
1 = ירידה בינונית בצריכת המזון
2 = אין ירידה בצריכת המזון

ב. ירידה במשקל במהלך שלושת החודשים האחרונים?

0 = ירידה במשקל של יותר מ-3 ק"ג (6.6 פאונד)
1 = אינו יודע
2 = ירידה במשקל של בין קילוגרם אחד ל-3 ק"ג (2.2 ו-6.6 פאונד)
3 = ללא ירידה במשקל

ג. נידודות?

0 = מרותק למיטה או לכיסא גלגלים
1 = מסוגל לצאת מהמיטה/כיסא גלגלים, אולם אינו יוצא החוצה
2 = יוצא החוצה

ד. האם סבל/ה מעקה פסיכולוגית, או ממחלה חריפה במהלך שלושת החודשים האחרונים?

0 = כן
2 = לא

ה. בעיות ניורופסיכולוגיות

0 = קיהיון (דמנציה) או דיכאון חמורים
1 = קיהיון קל
2 = ללא בעיות פסיכולוגיות

ו'1. מדד מסת גוף (BMI) = (גובה ב-מ') / (משקל בק"ג)²

0 = BMI נמוך מ-19
1 = BMI של 19 עד פחות מ-21
2 = BMI של 21 עד פחות מ-23
3 = BMI של 23 או יותר

אם BMI אינו זמין, החלף את שאלה ו'1 בשאלה ו'2.
אין לענות על שאלה ו'2 אם שאלה ו'1 כבר מולאה.

ז'2. היקף שריר הסובך (CC) בס"מ

0 = היקף שריר סובך של פחות מ-31
3 = היקף שריר סובך 31 או יותר

ציון בדיקת הסקר (ציון מרבי, 14 נקודות)

12-14 נקודות: מצב תזונתי תקין
8-11 נקודות: בסיכון לתת-תזונה
0-7 נקודות: סובל מתת-תזונה

לקריאה נוספת

- 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.

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

למידע נוסף, בקר ב- www.mna-elderly.com