

Long MNA[®]

Mini Nutritional Assessment



姓名: _____ 性別: _____
年齡: _____ 體重, 公斤, kg: _____ 身高, 公分, cm: _____ 日期: _____

請於方格內填上適當的分數以完成篩選。將篩選的分數加總，如分數相等於 11 分或以下，請繼續完成所有評估以得出「營養不良指標值」。

篩選

A 過去三個月內有沒有因為食慾不振、消化問題、咀嚼或吞嚥困難而減少食量？

- 0 = 食量嚴重減少
1 = 食量中度減少
2 = 食量沒有改變

B 過去三個月內體重下降的情況

- 0 = 體重下降大於 3 公斤 (6.6 磅)
1 = 不知道
2 = 體重下降 1-3 公斤 (2.2-6.6 磅)
3 = 體重沒有下降

C 活動能力

- 0 = 需長期臥床或坐輪椅
1 = 可以下床或離開輪椅，但不能外出
2 = 可以外出

D 過去三個月內有沒有受到心理創傷或患上急性疾病？

- 0 = 有 2 = 沒有

E 精神心理問題

- 0 = 嚴重痴呆或抑鬱
1 = 輕度痴呆
2 = 沒有精神心理問題

F 身體質量指數 (BMI) (公斤/米², kg/m²)

- 0 = BMI 低於 19
1 = BMI 19 至低於 21
2 = BMI 21 至低於 23
3 = BMI 23 或以上

篩選分數 (最高 14 分)

- 12-14分: 正常營養狀況
8-11分: 有營養不良的風險
0-7分: 營養不良

如需要作深入營養評估，請繼續完成問題 G-R。

評估

G 是否獨立生活 (非居住於療養院或醫院)？

- 1 = 是 0 = 否

H 每天服用三種以上的處方藥物？

- 0 = 是 1 = 否

I 是否有褥瘡或皮膚潰瘍？

- 0 = 是 1 = 否

J 每天吃多少次主餐？

- 0 = 1 餐
1 = 2 餐
2 = 3 餐

K 蛋白質攝取量指標

- 每天進食至少一份乳製品 (牛奶、芝士或乳酪) 是 否
- 每週進食兩份以上乾豆類或蛋類 是 否
- 每天均進食肉類、魚類或家禽類 是 否

0.0 = 0 或 1 個 [是]

0.5 = 2 個 [是]

1.0 = 3 個 [是]

L 每天有進食兩份或以上水果或蔬菜？

- 0 = 否 1 = 是

M 每天喝多少流質 (水、果汁、咖啡、茶、牛奶....)？

- 0.0 = 少於 3 杯
0.5 = 3 至 5 杯
1.0 = 多於 5 杯

N 進食模式

- 0 = 需輔助才能進食
1 = 能自行進食但稍有困難
2 = 能自行進食

O 自我評估營養狀況

- 0 = 自覺營養不良
1 = 不清楚自我的營養狀況
2 = 自覺沒有營養問題

P 與同齡人士相比，病人如何評價自己的健康狀況？

- 0.0 = 比別人差
0.5 = 不知道
1.0 = 和別人一樣
2.0 = 比別人更好

Q 上手臂中點臂圍 (MAC) (公分, cm)

- 0.0 = MAC 低於 21
0.5 = MAC 21 至低於 22
1.0 = MAC 22 或以上

R 小腿圍 (CC) (公分, cm)

- 0 = CC 低於 31
1 = CC 31 或以上

評估分數 (最高 16 分)

篩選分數

總評估分數 (最高 30 分)

「營養不良指標值」

總評估分數 24 至 30 分 正常營養狀況

總評估分數 17 至 23.5 分 有營養不良的風險

總評估分數少於 17 分 營養不良

Ref. Vellas B, Villars H, Abellan G, et al. *Overview of MNA[®] - 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. 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.
如需更多資料: www.mna-elderly.com