

پہلا نام	اخری نام
جنس	تاریخ
عمر	قد، سٹی میٹر
وزن، کلوگرام	

دیے گئے فارم کو مناسب بندسوں کے ساتھ پر کیجئے۔ حتمی شمار کے لئے تمام بندسوں کو جمع کیجئے۔

جانچ

(الف)

کیا پچھلے تین ماہ میں خوراک میں بھوک کی کمی، باضمے کے مسائل، چبانے نکلنے میں دشواری کی وجہ سے کمی واقع ہوئی ہے؟
0: خوراک میں شدید کمی
1: خوراک میں متعادل کمی
2: خوراک میں کوئی کمی نہیں۔

(ب)

پچھلے تین ماہ میں وزن میں کمی؟
0: وزن میں 3 کلوگرام (4.4 پاونڈ) سے زیادہ کمی
1: معلوم نہیں
2: وزن میں 1 سے 3 کلوگرام (2.2 سے 4.4 پاونڈ) تک کمی
3: وزن میں کوئی کمی نہیں۔

پ

چلنے پھرنے کی قابلیت
0: بستر یا کرسی تک محدود
1: بستر یا کرسی سے اُٹھ سکتا لیکن باہر نہ جاسکتا
2: باہر جا سکتا

ت

کیا پچھلے تین ماہ میں نفسیاتی دباؤ یا شدید بیماری کا شکار رہے ہیں؟
0: ہاں
1: نہیں

ٹ

عصبی و نفسیاتی مسائل
0: بھولنے کی شدید بیماری یا ذہنی دباؤ
1: بھولنے کی معمولی بیماری
2: کوئی نفسیاتی مسائل نہیں

ث

ہائی میس انڈیکس (بی ایم - ائی) وزن کلوگرام / قد میٹر سکوائر میں
0: بی ایم - ائی 19 سے کم
1: بی ایم - ائی 19 - 21 سے کم
2: بی ایم - ائی 21 - 23 سے کم
3: بی ایم - ائی 23 یا زیادہ

اگر بی ایم ائی معلوم نہیں تو سوال (1) کی بجائے سوال 2 پوچھیں۔ اگر سوال (1) مکمل ہے تو سوال (2) نہ پوچھیں

ث (2)

پنڈلی کا قطر سینٹی میٹر میں
0: پنڈلی کا قطر 31 کم
1: پنڈلی کا قطر 31 یا زیادہ

جانچ کرنے گئے شمار (زیادہ سے زیادہ 14 پوائنٹ)

12 سے 14 پوائنٹ: غذائیت کا مناسب درجہ
8 سے 11 پوائنٹ: غذائیت کی کمی کا خطرہ
0 سے 7 پوائنٹ: غذائی قلت کا شکار

حوالہ جات

- 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.