

Mini Nutritional Assessment

MNA[®]

Nestlé
Nutrition Institute

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, S.A., Vevey, Switzerland, Trademark Owners
 © Nestlé, 1994, Revision 2006. N67200 12/99 10M
 如需更多資料: www.mna-elderly.com