

Mini Nutritional Assessment MNA®

Name: _____ Vorname: _____
 Geschlecht: _____ Alter (Jahre): _____ Gewicht (kg): _____ Größe (m): _____ Datum: _____

Füllen Sie den Bogen aus, indem Sie die zutreffenden Zahlen in die Kästchen eintragen. Addieren Sie die Zahlen des Screenings. Ist der Wert ≤ 11 , fahren Sie mit dem Assessment fort, um den Mangelernährungs-Index zu erhalten.

Screening

A Hat der Patient während der letzten 3 Monate wegen Appetitverlust, Verdauungsproblemen, Schwierigkeiten beim Kauen oder Schlucken weniger gegessen?

0 = starke Abnahme der Nahrungsaufnahme
 1 = leichte Abnahme der Nahrungsaufnahme
 2 = keine Abnahme der Nahrungsaufnahme

B Gewichtsverlust in den letzten 3 Monaten

0 = Gewichtsverlust > 3 kg
 1 = nicht bekannt
 2 = Gewichtsverlust zwischen 1 und 3 kg
 3 = kein Gewichtsverlust

C Mobilität

0 = bettlägerig oder in einem Stuhl mobilisiert
 1 = in der Lage, sich in der Wohnung zu bewegen
 2 = verlässt die Wohnung

D Akute Krankheit oder psychischer Stress während der letzten 3 Monate?

0 = ja 2 = nein

E Neuropsychologische Probleme

0 = schwere Demenz oder Depression
 1 = leichte Demenz
 2 = keine psychologischen Probleme

F Body Mass Index (BMI): Körpergewicht in kg / (Körpergröße in m)²

0 = BMI < 19
 1 = $19 \leq$ BMI < 21
 2 = $21 \leq$ BMI < 23
 3 = BMI ≥ 23

Ergebnis des Screenings (max. 14 Punkte)

12-14 Punkte: Normaler Ernährungszustand
 8-11 Punkte: Risiko für Mangelernährung
 0-7 Punkte: Mangelernährung

Für ein tiefergehendes Assessment fahren Sie bitte mit den Fragen G-R fort

Assessment

G Lebt der Patient eigenständig zu Hause?

1 = ja 0 = nein

H Nimmt der Patient mehr als 3 verschreibungspflichtige Medikamente pro Tag?

0 = ja 1 = nein

G Hat der Patient Druck- oder Hautgeschwüre?

0 = ja 1 = nein

J Wie viele Hauptmahlzeiten isst der Patient pro Tag?

0 = 1 Mahlzeit
 1 = 2 Mahlzeiten
 2 = 3 Mahlzeiten

K Eiweißzufuhr: Isst der Patient

- mindestens einmal pro Tag Milchprodukte (Milch, Käse, Joghurt)? ja nein
- mindestens zweimal pro Woche Hülsenfrüchte oder Eier? ja nein
- täglich Fleisch, Fisch oder Geflügel? ja nein

0,0 = wenn 0 oder 1 mal «ja»

0,5 = wenn 2 mal «ja»

1,0 = wenn 3 mal «ja»

L Isst der Patient mindestens zweimal pro Tag Obst oder Gemüse?

0 = nein 1 = ja

M Wie viel trinkt der Patient pro Tag? (Wasser, Saft, Kaffee, Tee, Milch ...)

0,0 = weniger als 3 Gläser / Tassen
 0,5 = 3 bis 5 Gläser / Tassen
 1,0 = mehr als 5 Gläser / Tassen

N Essenaufnahme mit / ohne Hilfe

0 = braucht Hilfe beim Essen
 1 = isst ohne Hilfe, aber mit Schwierigkeiten
 2 = isst ohne Hilfe, keine Schwierigkeiten

O Wie schätzt der Patient seinen Ernährungszustand ein?

0 = mangelernährt
 1 = ist sich unsicher
 2 = gut ernährt

P Im Vergleich mit gleichaltrigen Personen schätzt der Patient seinen Gesundheitszustand folgendermaßen ein:

0,0 = schlechter
 0,5 = weiß es nicht
 1,0 = gleich gut
 2,0 = besser

Q Oberarmumfang (OAU in cm)

0,0 = OAU < 21
 0,5 = $21 \leq$ OAU ≤ 22
 1,0 = OAU > 22

R Wadenumfang (WU in cm)

0 = WU < 31
 1 = WU ≥ 31

Assessment (max. 16 Punkte)

Screening

Gesamtauswertung (max. 30 Punkte)

Auswertung des Mangelernährungs-Index

24-30 Punkte

Normaler Ernährungszustand

17-23,5 Punkte

Risiko für Mangelernährung

Weniger als 17 Punkte

Mangelernährung