

Etternavn: \_\_\_\_\_

Fornavn: \_\_\_\_\_

Kjønn: \_\_\_\_\_

Alder: \_\_\_\_\_

Vekt, kg: \_\_\_\_\_

Høyde, cm: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

Besvar undersøkelsen (screeningen) ved å fylle inn de riktige poengsifrene. Bruk tallene fra hvert enkelt spørsmål og summer. Hvis oppnådd sum er 11 eller mindre, fortsett med del II for å få en samlet vurdering av ernæringsstilstanden.

### Screening, del I

#### A Har matinntaket gått ned i løpet av de 3 siste månedene pga nedsatt appetitt, fordøyelsesproblemer, vanskeligheter med å tygge eller svelge?

- 0 = betydelig redusert matinntak  
1 = noe redusert matinntak  
2 = ingen endring i matinntaket

#### B Vekttap i løpet av de 3 siste månedene

- 0 = vekttap over 3 kg  
1 = vet ikke  
2 = vekttap mellom 1 og 3 kg  
3 = ikke vekttap

#### C Mobilitet

- 0 = seneliggende / sitter i stol  
1 = i stand til å gå ut av seng / stol, men går ikke ute  
2 = går ute

#### D Har opplevd psykologisk stress eller akutt sykdom i løpet av de 3 siste månedene?

- 0 = ja 2 = nei

#### E Neuropsykologiske problemer

- 0 = alvorlig demens eller depresjon  
1 = mild demens  
2 = ingen psykologiske lidelser

#### F Body Mass Index (BMI) = vekt (kg) / [høyde(m) x høyde(m)]

- 0 = BMI mindre enn 19  
1 = BMI 19 til mindre enn 21  
2 = BMI 21 til mindre enn 23  
3 = BMI 23 eller større

Screeningresultat, del I (sumtotal maks. 14 poeng)

- 12 - 14 poeng: Normal ernæringsstatus  
8 - 11 poeng: Risiko for underernæring  
0 - 7 poeng: Underernært



For en mer dyptgående vurdering, fortsett med spørsmål G-R

### Screening, del II

#### G Bor i egen bolig (ikke på alders/sykehjem eller sykehus)

- 1 = ja 0 = nei

#### H Bruker mer enn tre typer reseptbelagte medisiner pr dag

- 0 = ja 1 = nei

#### I Trykksår eller hudsår

- 0 = ja 1 = nei

#### J Hvor mange fullstendige måltider spiser pasienten pr dag?

- 0 = 1 måltid  
1 = 2 måltider  
2 = 3 måltider

#### K Utvalgte markører for proteininntak

- Minst en porsjon melkeprodukter (melk, ost, yoghurt) pr dag ja nei
  - To eller flere porsjoner belgfrukter eller egg pr uke ja nei
  - Kjøtt, fisk eller kylling/ kalkun hver dag ja nei
- 0.0 = hvis 0 eller 1 ja  
0.5 = hvis 2 ja  
1.0 = hvis 3 ja



#### L Spiser to eller flere porsjoner frukt eller grønnsaker pr dag?

- 0 = nei 1 = ja

#### M Hvor mye væske (vann, juice, kaffe, te, melk...) inntas pr dag?

- 0.0 = mindre enn 3 kopper  
0.5 = 3 til 5 kopper  
1.0 = mer enn 5 kopper



#### N Matinntak

- 0 = ikke i stand til å spise uten hjelp  
1 = spiser selv med noe vanskeligheter  
2 = spiser selv uten vanskeligheter

#### O Eget syn på ernæringsmessig status

- 0 = ser på seg selv som underernært  
1 = er usikker på ernæringsmessig tilstand  
2 = ser ikke på seg selv som underernært

#### P Hvordan vurderer pasienten sin egen helsetilstand sammenlignet med mennesker på samme alder?

- 0.0 = ikke like bra  
0.5 = vet ikke  
1.0 = like bra  
2.0 = bedre



#### Q Overarmens omkrets (OO) i cm

- 0.0 = OO mindre enn 21 cm  
0.5 = OO 21 til 22 cm  
1.0 = OO mer enn 22 cm



#### R Leggomkrets (LO) i cm

- 0 = LO mindre en 31 cm  
1 = LO 31cm eller større

Screening, del II (maks. 16 poeng)




Screening, del I




Samlet vurdering, del I + del II (maks. 30 poeng)




### MNA resultat

- 24 til 30 poeng  Normal ernæringsstatus  
17 til 23.5 poeng  Risiko for underernæring  
Mindre enn 17 poeng  Underernært