

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 x høyde)

- 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 poeng eller mer: Normal - ikke i faresonen - ikke nødvendig å gjennomføre vurderingen, del II  
11 poeng eller mindre: Mulig underernæring - fullfør vurderingen, del II

## 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

17 til 23.5 poeng

i fare for underernæring

Mindre enn 17 poeng

underernært