

Name: _____ Vorname: _____

Geschlecht: _____ Alter (Jahre): _____ Gewicht (kg): _____ Größe (cm): _____ Datum: _____

Füllen Sie den Bogen aus, indem Sie die zutreffenden Zahlen in die Kästchen eintragen. Addieren Sie die Zahlen in den ersten Kästchen (Vor-Anamnese). Wenn der Wert 11 oder kleiner 11 ist, fahren Sie mit der Anamnese fort, um den Gesamt-Index zu erhalten.

Vor-Anamnese

- A Hat der Patient einen verminderten Appetit? Hat er während der letzten 3 Monate wegen Appetitverlust, Verdauungsproblemen, Schwierigkeiten beim Kauen oder Schlucken weniger gegessen (Anorexie)?**
0 = schwere Abnahme der Nahrungsaufnahme
1 = leichte Abnahme der Nahrungsaufnahme
2 = keine Abnahme der Nahrungsaufnahme
- B Gewichtsverlust in den letzten 3 Monaten**
0 = Gewichtsverlust > 3kg
1 = weiß es nicht
2 = Gewichtsverlust zwischen 1 und 3kg
3 = kein Gewichtsverlust
- C Mobilität / Beweglichkeit**
0 = vom Bett zum Stuhl
1 = in der Wohnung mobil
2 = verläßt die Wohnung
- D Akute Krankheit oder psychischer Stress während der letzten 3 Monate?**
0 = ja 2 = nein
- E Psychische Situation**
0 = schwere Demenz oder Depression
1 = leichte Demenz
2 = keine Probleme
- F Körpermassenindex (Body Mass Index, BMI) (Körpergewicht/ (Körpergröße²), in kg/m²)**
0 = BMI <19
1 = 19 ≤ BMI < 21
2 = 21 ≤ BMI < 23.
3 = BMI ≥ 23.

Ergebnis der Vor-Anamnese (Max 14 Punkte)

12 Punkte oder mehr: Normaler Ernährungszustand
11 Punkte oder weniger: Gefahr der Mangelernährung

Anamnese

- G Wohnsituation: Lebt der Patient unabhängig zu Hause?**
1 = ja 0 = nein
- H Medikamentenkonsument: Nimmt der Patient mehr als 3 Medikamente (pro Tag)?**
0 = ja 1 = nein
- I Hautprobleme: Schorf oder Druckgeschwüre?**
0 = ja 1 = nein

- J Mahlzeiten: Wieviele Hauptmahlzeiten ißt der Patient pro Tag?**
0 = 1 Mahlzeit
1 = 2 Mahlzeiten
2 = 3 Mahlzeiten

- K Lebensmittelauswahl: Ißt der Patient**
- mindestens einmal pro Tag Milchprodukte? ja nein
 - mindestens ein- bis zweimal pro Woche Hülsenfrüchte oder Eier? ja nein
 - jeden Tag 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 Wieviel trinkt der Patient pro Tag? (Wasser, Saft, Kaffee, Tee, ...)**
0.0 = weniger als 3 Gläser / Tassen
0.5 = 3 bis 5 Gläser / Tassen
1.0 = mehr als 5 Gläser / Tassen

- N Essensaufnahme mit/ ohne Hilfe**
0 = braucht Hilfe beim Essen
1 = ißt ohne Hilfe, aber mit Schwierigkeiten
2 = ißt ohne Hilfe, keine Schwierigkeiten

- O Glaubt der Patient, daß er gut ernährt ist?**
0 = schwerwiegende Unter-/Mangelernährung
1 = weiß es nicht oder leichte Unter-/Mangelernährung
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 ≤ OAU ≤ 22
1.0 = OAU > 22

- R Wadenumfang (WU in cm)**
0 = WU < 31
1 = WU ≥ 31

Anamnese (max. 16 Punkte)

Ergebnis der Vor-Anamnese

Gesamt-Index (max. 30 Punkte)

Auswertung des Gesamt-Index

17-23.5 Punkte Risikobereich für Unterernährung

Weniger als 17 Punkte schlechter Ernährungszustand

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
Mehr Informationen unter: www.mna-elderly.com