

Datum

Teilnehmer-Nr.



## Mini Nutritional Assessment MNA® - Long Form (MNA®-LF)

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  $\leq 11$ , 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 = schwere 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 (kg) / Körpergröße<sup>2</sup> (m<sup>2</sup>)**

- 0 = BMI  $< 19$   
1 =  $19 \leq \text{BMI} < 21$   
2 =  $21 \leq \text{BMI} < 23$   
3 = BMI  $\geq 23$

☐

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 Medikamente pro Tag?**

- 0 = ja 1 = nein

☐

**I 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 =  $21 \leq \text{OAU} \leq 22$   
1,0 = OAU  $> 22$

☐
☐

**R Wadenumfang (WU in cm)**

- 0 = WU  $< 31$   
1 = WU  $\geq 31$

☐

Assessment (max. 16 Punkte)

☐

Screening

☐

Gesamtauswertung (max. 30 Punkte)

☐

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. Gerontol 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](http://www.mna-elderly.com)

### Auswertung des Mangelernährungs-Index

24-30 Punkte  
17-23,5 Punkte  
Weniger als 17 Punkte

☐

Normaler Ernährungszustand  
Risiko für Mangelernährung  
Mangelernährung