

이름:                      성별:                      나이:                      키:      cm                      체중:      kg                      일자:

해당사항에 체크표시하여 선별검사를 완료하십시오

### 선별

**A** 지난 3개월 동안 밥맛이 없거나, 소화가 잘 안되거나, 씹고 삼키는 것이 어려워서 식사량이 줄었습니까?

- 0 = 많이 줄었다  
1 = 어느 정도 줄었다  
2 = 변화없다

**B** 지난 3 개월 동안 몸무게가 줄었습니까?

- 0 = 3kg(6.6lbs)                      2 =  
1 = 모르겠다                      1kg~3kg(2.2~6.6lbs)

**C** 거동 능력

- 0 = 외출 불가, 침대나 의자에서만 생활 가능  
1 = 외출 불가, 집에서만 활동 가능  
2 = 외출 가능, 활동 제약 없음

**D** 지난 3 개월 동안 정신적 스트레스를 경험했거나 급성 질환을 앓았던 적이 있습니까?

- 0 = 예 2 = 아니오

**E** 신경 정신과적 문제

- 0 = 중증 치매나 우울증  
1 = 경증 치매  
2 = 없음

**F** 체질량지수 (Body Mass Index) = kg 체중 / (m 높이)<sup>2</sup>

- 0 = BMI < 19  
1 = 19 ≤ BMI < 21  
2 = 21 ≤ BMI < 23  
3 = BMI ≥ 23

선별점수 (최대 총 14 점)

- 12-14 점  정상  
8-11 점  영양불량 위험 있음  
0-7 점  영양불량

보다 심도 있는 평가를 위해, 질문 G-R 로 계속 진행하십시오.

### 평가

**G** 다른 사람의 도움 없이 일상생활이 가능합니까? (병원이나 요양원 등 시설에 있지 않음)

**H** 하루 3 가지 이상의 처방약을 복용하십니까?

- 0 = 예                      1 = 아니오

**I.** 압박궤양(욕창) 또는 피부궤양

- 0 = 예                      1 = 아니오

**J** 하루에 몇 회 식사를 하십니까?

- 0 = 1 회  
1 = 2 회  
2 = 3 회

**K** 단백질식품섭취량

- 매일 1 회 이상 유제품 (우유, 치즈, 요거트) 섭취 예  아니오
  - 주 2 회 이상 콩류 또는 계란 섭취 예  아니오
  - 매일 육류, 생선 또는 가금류 섭취 예  아니오
- 0.0 = "예"가 0 또는 1 개  
0.5 = "예"가 2 개  
1.0 = "예"가 3개

**L** 하루에 2 회 이상 과일류 또는 채소류를 섭취하십니까?

- 0 = 아니오 1 = 예

**M** 하루에 물과 음료(주스, 커피, 차, 우유 등)를 얼마나 섭취하십니까?

- 0.0 = 3 컵 미만  
0.5 = 3 컵 ~ 5 컵  
1.0 = 5 컵 이상

**N** 혼자서 식사할 수 있습니까?

- 0 = 다른 사람 도움 필요  
1 = 혼자 식사 가능하나 도움 필요  
2 = 혼자 식사 가능

**O** 본인의 영양상태에 대해 어떻게 생각하십니까?

- 0 = 좋지 않다.  
1 = 잘 모르겠다  
2 = 문제 없다.

**P** 본인의 건강상태는 비슷한 연령의 다른 사람들과 비교하여 어떻습니까?

- 0.0 = 좋지 않다  
0.5 = 잘 모르겠다  
1.0 = 좋다  
2.0 = 본인 건강이 더 낫다

**Q** 상완위둘레(mid-arm circumference, cm)

- 0.0 = MAC < 21  
0.5 = 21 ≤ MAC < 22  
1.0 = MAC > 22

**R** 종아리둘레(Calf circumference, cm)

- 0 = CC < 31  
1 = CC ≥ 31

평가(최대 총 16 점)

- 선별점수     
총 평가점수 (최대 총 30 점)

영양불량지표 점수 (Malnutrition Indicator Score)

- 24~30 점  정상  
17~23.5 점  영양불량 위험 있음  
< 17 점  영양불량

#### References:

- Vellas B, Villars H, Abellan G, et al. Overview of the MNA® - Its History and Challenges. *J Nutr 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 SA, Trademark Owners.

© Société des Produits Nestlé SA 1994, Revision 2009.

For more information: [www.mna-elderly.com](http://www.mna-elderly.com)