

Mini Nutritional Assessment

65 세 이상 성인

이름

날짜

나이

빈 칸에 가장 알맞은 점수를 적으십시오. 작성한 점수의 합계가 영양상태 선별검사의 최종 점수가 됩니다.

영양상태 선별

A 지난 3 개월 동안 식사량이

감소 □ □ □ □ □ ? (1 □ □ □)

오른쪽 빈 칸에 가장 알맞은 점수를 적으십시오(점수 0,1,2 중 1 개).

0 = 많이 감소

1 = 조금 감소

2 = 변화 없음.

B 지난 3개월 동안 몸무게가

감소하였습니까? (1개 선택)

오른쪽 빈 칸에 가장 알맞은 점수를 적으십시오(점수 0,1,2,3 중 1개).

0 = 3kg 이상 감소

1 = 모르겠음.

2 = 1kg~3kg 감소

3 = 변화 없음.

C 현재 신체적 활동은

어떠합니까? (1 개 선택)

오른쪽 빈 칸에 가장 알맞은 점수를 적으십시오(점수 0,1,2 중 1개).

0 = 다른 사람의 도움 필요. 침대, 의자, 휠체어에서만 생활 가능.

1 = 침대, 의자에서 나올 수는 있지만 외출은 불가.

2 = 외출 가능, 활동 제약 없음.

D 지난 3 개월 동안 정신적

스트레스를 받았거나 심하게

아픈 적이 있습니까? (1 개 선택)

오른쪽 빈 칸에 가장 알맞은 점수를 적으십시오(점수 0,2 중 1개).

0 = 예

2 = 아니요

E 당신은 현재 치매를 진단 받았거나

혹은 지속적으로 매우 슬프다는

생각이 드십니까? (1 개 선택)

오른쪽 빈 칸에 가장 알맞은 점수를 적으십시오(점수 0,1,2 중 1개).

0 = 중증 치매 진단 혹은 지속적으로 매우 슬픔

1 = 경증 치매 진단

2 = 둘 다 해당 없음.

A-E 질문에 해당하는 점수의 합계를 빈 칸에 적으십시오.

다음 두 가지 질문 중 하나를 선택하여 답변하십시오(F1 또는 F2).

질문 F1

키(cm)		체중(kg)		
147.5	41.1 미만	41.1 - 45.3	45.4 - 49.6	49.7 이상
150	42.8 미만	42.8 - 47.2	47.3 - 51.7	51.8 이상
152.5	44.2 미만	44.2 - 48.7	48.8 - 53.4	53.5 이상
155	45.6 미만	45.6 - 50.4	50.5 - 55.2	55.3 이상
157.5	47.1 미만	47.1 - 52.0	52.1 - 57.0	57.1 이상
160	48.6 미만	48.6 - 53.7	53.8 - 58.8	58.9 이상
162.5	50.2 미만	50.2 - 55.4	55.5 - 60.6	60.7 이상
165	51.7 미만	51.7 - 57.1	57.2 - 62.5	62.6 이상
167.5	53.3 미만	53.3 - 58.8	58.9 - 64.4	64.5 이상
170	54.9 미만	54.9 - 60.6	60.7 - 66.4	66.5 이상
172.5	56.5 미만	56.5 - 62.4	62.5 - 68.5	68.4 이상
175	58.2 미만	58.2 - 64.2	64.3 - 70.3	70.4 이상
177.5	59.9 미만	59.9 - 66.1	66.2 - 72.4	72.5 이상
180	61.6 미만	61.6 - 67.9	68.0 - 74.4	74.5 이상
182.5	63.3 미만	63.3 - 69.8	69.9 - 76.5	76.6 이상
185	65.0 미만	65.0 - 71.8	71.9 - 78.6	78.7 이상
187.5	66.8 미만	66.8 - 73.7	73.8 - 80.8	80.9 이상
190	68.6 미만	68.6 - 75.7	75.8 - 82.9	83.0 이상
192.5	70.4 미만	70.4 - 77.7	77.8 - 85.1	85.2 이상
그룹	0	1	2	3

왼쪽의 표를 참고하여 다음 지시사항에 따르십시오.

1. 표의 제일 왼쪽 세로줄에서 본인의 키를 찾으십시오.
2. 본인의 키에서 가로로 이동하여 본인의 체중과 만나는 지점에 "o"를 표시하세요.
3. "o"를 표시한 부분에서 아래로 이동하여 해당하는 그룹 점수를 확인하십시오(점수 0, 1, 2, 3 중 1개).

해당하는 그룹(점수 0, 1, 2, 3 중 1개)을 여기에 적으십시오.:

첫 장의 질문 A-E 에서 작성한 점수의 합계를 적으십시오.

마지막으로, 이 두 점수의 합을 계산합니다. 최종 합계가 귀하의 영양상태 선별점수입니다 :

질문 F2

질문 F1 에 응답을 하신 분은 질문 F2 를 하실 필요가 없습니다.

아래 지시사항에 따라 왼쪽 종아리의 둘레를 측정하십시오 :

1. 줄자로 종아리 둘레를 측정하십시오.
2. 측정 값을 cm 단위로 기록하십시오 : _____
 - 종아리 둘레가 31cm 미만인 경우 오른쪽 빈 칸에 "0"을 입력하십시오.
 - 종아리 둘레가 31cm 이상인 경우 오른쪽 빈 칸에 "3"을 입력하십시오.



© SIGVARIS

첫 장의 질문 A-E 에서 작성한 점수의 합계를 적으십시오.

마지막으로, 이 두 점수의 합을 계산합니다. 최종 합계가 귀하의 영양상태 선별점수입니다 :

영양상태 선별점수 (총 14 점)

12-14 점 : 정상

8-11 점 : 영양불량 위험

0-7 점 : 영양불량

영양상태 선별점수

영양상태 선별점수가 11 점 이하일 경우, 전문의료진에게 상담을 받으십시오.