

# 簡易栄養状態評価表

## Mini Nutritional Assessment

### MNA®

氏名: \_\_\_\_\_ 性別: \_\_\_\_\_

年齢: \_\_\_\_\_ 体重: \_\_\_\_\_ kg 身長: \_\_\_\_\_ cm 調査日: \_\_\_\_\_

スクリーニング欄の□に適切な数値を記入し、それらを加算する。11 ポイント以下の場合、次のアセスメントに進み、総合評価値を算出する。

#### スクリーニング

**A** 過去3ヶ月間で食欲不振、消化器系の問題、そしゃく・嚥下困難などで食事が減少しましたか？  
0 = 著しい食事量の減少  
1 = 中等度の食事量の減少   
2 = 食事量の減少なし

**B** 過去3ヶ月間で体重の減少がありましたか？  
0 = 3 kg 以上の減少  
1 = わからない  
2 = 1~3 kg の減少   
3 = 体重減少なし

**C** 自力で歩けますか？  
0 = 寝たきりまたは車椅子を常時使用  
1 = ベッドや車椅子を離れられるが、歩いて外出はできない   
2 = 自由に歩いて外出できる

**D** 過去3ヶ月間で精神的ストレスや急性疾患を経験しましたか？  
0 = はい 2 = いいえ

**E** 神経・精神的問題の有無  
0 = 強度認知症またはうつ状態  
1 = 中等度の認知症   
2 = 精神的問題なし

**F** BMI (kg/m<sup>2</sup>): 体重(kg)÷身長(m<sup>2</sup>)  
0 = BMI が 19 未満  
1 = BMI が 19 以上、21 未満  
2 = BMI が 21 以上、23 未満   
3 = BMI が 23 以上

スクリーニング値: 小計(最大: 14 ポイント)

12-14 ポイント: 栄養状態良好  
8-11 ポイント: 低栄養のおそれあり (At risk)  
0-7 ポイント: 低栄養

「より詳細なアセスメントをご希望の方は、引き続き質問 G~R におすすめください。」

#### アセスメント

**G** 生活は自立していますか (施設入所や入院をしていない)  
1 = はい 0 = いいえ

**H** 1日に4種類以上の処方薬を飲んでいる  
0 = はい 1 = いいえ

**I** 身体のどこかに押して痛いところ、または皮膚潰瘍がある  
0 = はい 1 = いいえ

**J** 1日に何回食事を摂っていますか？  
0 = 1回  
1 = 2回   
2 = 3回

**K** どんなたんぱく質を、どのくらい摂っていますか？  
・乳製品(牛乳、チーズ、ヨーグルト)を毎日1品以上摂取 はい  いいえ   
・豆類または卵を毎週2品以上摂取 はい  いいえ   
・肉類または魚を毎日摂取 はい  いいえ   
0.0 = はい、0~1つ  
0.5 = はい、2つ  
1.0 = はい、3つ

**L** 果物または野菜を毎日2品以上摂っていますか？  
0 = いいえ 1 = はい

**M** 水分(水、ジュース、コーヒー、茶、牛乳など)を1日どのくらい摂っていますか？  
0.0 = コップ3杯未満  
0.5 = 3杯以上 5杯未満    
1.0 = 5杯以上

**N** 食事の状況  
0 = 介護なしでは食事不可能  
1 = 多少困難ではあるが自力で食事可能   
2 = 問題なく自力で食事可能

**O** 栄養状態の自己評価  
0 = 自分は低栄養だと思う  
1 = わからない   
2 = 問題ないと思う

**P** 同年齢の人と比べて、自分の健康状態をどう思いますか？  
0.0 = 良くない  
0.5 = わからない  
1.0 = 同じ    
2.0 = 良い

**Q** 上腕(利き腕ではない方)の中央の周囲長(cm): MAC  
0.0 = 21cm 未満  
0.5 = 21cm 以上、22cm 未満    
1.0 = 22cm 以上

**R** ふくらはぎの周囲長(cm): CC  
0 = 31cm 未満   
1 = 31cm 以上

評価値: 小計(最大: 16 ポイント)

スクリーニング値: 小計(最大: 14 ポイント)

総合評価値(最大: 30 ポイント)

低栄養状態指標スコア

24~30 ポイント  栄養状態良好

17~23.5 ポイント  低栄養のおそれあり (At risk)

17 ポイント未満  低栄養

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  
さらに詳しい情報をお知りになりたい方は、  
[www.mna-elderly.com](http://www.mna-elderly.com) にアクセスしてください。