

調査票1-1 (質問票)



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 = 中程度の認知症
2 = 精神的問題なし

F BMI (kg/m²) : 体重(kg)÷身長(m²)
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 にアクセスしてください。

調査票1-2 (質問票)

以下、当てはまるものに印をつけて下さい。

E 神経・精神

E0 認知症があり、日常生活の助言や介助が必要ですか はい いいえ

最近 2 週間以上続いている場合には「はい」、続いていない場合には「いいえ」として、当てはまる方に印をつけてください。

E1 (ここ 2 週間) 毎日の生活に充実感がない はい いいえ

E2 (ここ 2 週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった はい いいえ

E3 (ここ 2 週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる はい いいえ

E4 (ここ 2 週間) 自分が役に立つ人間だと思えない はい いいえ

E5 (ここ 2 週間) わけもなく疲れたような感じがする はい いいえ

S 口腔機能

S1 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか はい いいえ

S2 お茶や汁物等でむせることがありましたか はい いいえ

S3 口の渇きが気になりますか はい いいえ

T 主観的咀嚼能力

「ごはん、イカの刺身、ちくわ、ピフテキ、たくあん」の 5 つの食品を嚙んで食べることができますか？

T1 全てしっかり嚙んで食べることができる。

T2 一部の食品はしっかり嚙んで食べることができない。

T3 全ての食品をしっかり嚙んで食べることができない。

U 食べる速さ

ご自分の食べる速さは以下の 5 段階のどれに当たりますか？

U1 かなり速い

U2 やや速い

U3 普通

U4 やや遅い

U5 かなり遅い

V 調理の状況

V1 毎日調理する

V2 時々調理する

V3 調理しない

W 定期的歯科受診

概ね一年に最低一回の定期受診に心がけていますか。 はい いいえ

調査票1-3 (質問票)

Z 通院している傷病名

現在、傷病（病気やけが）で病院や診療所（医院、歯科医院）、あんま・はり・きゅう・柔道整復師（施術所）に通っていますか。通っておられる場合、どのような傷病（病気やけが）で通っていますか。あてはまるすべての傷病名の番号に○をつけて下さい。

| | | | | | |
|----------|----|-------------------------|------|--------------------|------------------|
| 内分泌・代謝障害 | 1 | 糖尿病 | 歯 | 26 | ムシ歯 |
| | 2 | 肥満症 | | 27 | 歯肉炎・歯周疾患 |
| | 3 | 高脂血症（高コレステロール血症等） | | 49 | 歯の欠損（義歯の作製・調整） |
| | 4 | 甲状腺の病気 | | 皮膚・皮下組織 | 28 |
| 精神・神経 | 5 | 認知症 | 29 | | 接触皮膚炎（かぶれ） |
| | 6 | 精神病（躁うつ病、統合失調症（精神分裂病）等） | 30 | | じんま疹 |
| | 7 | 神経症 | 31 | 脱毛症 | |
| 眼 | 8 | 自律神経失調症 | 筋骨格系 | 32 | 痛風 |
| | 9 | 白内障 | | 33 | 関節リウマチ（慢性関節リウマチ） |
| 耳 | 10 | 網膜の病気（網膜はく離等） | | 34 | 関節症 |
| | 11 | 中耳炎 | | 35 | 肩こり症 |
| 循環器系 | 12 | 難聴 | | 36 | 腰痛症 |
| | 13 | 高血圧症 | 37 | 骨粗しょう症 | |
| | 14 | 脳卒中（脳出血、脳梗塞等） | 尿路器系 | 38 | 腎臓の病気 |
| | 15 | 狭心症・心筋梗塞 | | 39 | 前立腺肥大症 |
| 呼吸器系 | 16 | その他の循環器系の病気 | 40 | 閉経期又は閉経後障害（更年期障害等） | |
| | 17 | 急性鼻咽頭炎（かぜ） | 損傷 | 41 | 骨折 |
| | 18 | アレルギー性鼻炎 | | 42 | 骨折以外のけが・やけど |
| 消化器系 | 19 | 喘息 | 43 | 貧血・血液の病気 | |
| | 20 | その他の呼吸器系の病気 | 44 | 悪性新生物（がん） | |
| | 21 | 胃炎・十二指腸炎 | 47 | その他（ ） | |
| | 22 | 胃・十二指腸かいよう | 48 | 不明 | |
| | 23 | 肝炎・肝硬変 | | | |
| | 24 | 胆石症・胆のう炎 | | | |
| | 25 | その他の消化器系の病気 | | | |

国民生活基礎調査【健康票】の傷病名の分類に従っています。歯の分類に、26 ムシ歯と27 歯肉炎・歯周疾患の病名に加えて49 歯の欠損（義歯の作製・調整）を追加した。

多くの質問にお答えいただき有難うございました。御協力に感謝申し上げます。