

社區民眾迷你營養評估紀錄單

姓名： 男 女 出生： 年 年紀： 填寫日期： 年 月 日

身高(公分)： 體重(公斤)： 膝高(公分)： ____ 臀圍(公分)：

***身高—男：85.10+1.73×膝長-0.11×年齡 *體重—男：-33.420+0.793×臀圍+0.791×中臂圍**
女：91.45+1.53×膝長-0.16×年齡 女：-37.187+0.745×臀圍+0.831×中臂圍

營養篩檢	分數	一般評估	分數
1. 過去三個月之中，是否因食慾不佳消化問題、咀嚼或吞嚥困難以致進食量越來越少？ 0分 = 嚴重食慾不佳 1分 = 中度食慾不佳 2分 = 食慾無變化		11. 蛋白質攝取量 ●每天至少攝取一份乳製品(牛奶、乳酪、優酪乳) 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> ●每週攝取兩份以上的豆類或蛋類 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> ●每天均吃些肉、魚、雞鴨類 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 0.0分 = 0 或 1個是 0.5分 = 2個是 1.0分 = 3個是	
2. 近三個月體重變化 0分 = 體重減輕 >3公斤 1分 = 不知道 2分 = 體重減輕 1~ 3公斤 3分 = 體重無改變		12. 每天至少攝取二份或二份以上的蔬菜或水果 0分=否；1分=是	
3. 行動力 0分 = 臥床或輪椅 1分 = 可以下床活動或離開輪椅但無法自由走動 2分 = 可以自由走動		13. 每天攝取多少液體(包括開水、果汁、咖啡、茶、牛奶) (一杯 = 240 c.c.) 0.0分 = 少於三杯 0.5分 = 3 ~ 5杯 1.0分 = 大於5杯	
4. 過去三個月內曾有精神性壓力或急性疾病發作 0分 = 是 2分 = 否		14. 進食的形式 0分 = 無人協助則無法進食 1分 = 可以自己進食但較吃力 2分 = 可以自己進食	
5. 神經精神問題 0分 = 嚴重痴呆或抑鬱 1分 = 輕度痴呆 2分 = 無精神問題		15. 他們覺得自己營養方面有沒有問題？ 0分 = 覺得自己營養非常不好 1分 = 不太清楚或營養不太好 2分 = 覺得自己沒有營養問題	
6. 身體質量指數(BMI) 體重(公斤) / 身高(公尺) ² 0分 = BMI < 19 1分 = 19 ≤ BMI < 21 2分 = 21 ≤ BMI < 23 3分 = BMI ≥ 23		16. 與其他同年齡的人比較，他們認為自己的健康狀況如何？ 0.0分 = 不如同年齡的人 0.5分 = 不知道 1.0分 = 和同年齡的人差不多 2.0分 = 比同年齡的人好	
篩檢分數 (小計滿分14)		17. 臂中圍 MAC： ____公分 0.0分 = MAC < 21 0.5分 = MAC 21 ~ 21.9 1.0分 = MAC ≥ 22	
<input type="checkbox"/> 大於或等於12分： 表示正常(無營養不良危險性) <input type="checkbox"/> 小於或等於11分： 表示可能營養不良		18. 小腿圍 C.C.： ____公分 0分 = C.C. < 31 1分 = C.C. ≥ 31	
一般評估	分數	一般評估 (小計滿分16分)	
7. 可以獨立生活(非住在護理之家或醫院) 0分=否；1分=是		MNA 合計分數 (滿分30分)	
8. 每天需服用三種以上的處方藥物 0分=是；1分=否		<input type="checkbox"/> MNA >23.5 具營養良好 <input type="checkbox"/> MNA 17~23.5 具營養不良危險性 <input type="checkbox"/> MNA <17 營養不良	
9. 褥瘡或皮膚潰瘍 0分=是；1分=否			
10. 一天中可以吃幾餐完整的餐食 0分 = 1餐；1分 = 2餐 2分 = 3餐			