

MUST

Καθολικό Διαγνωστικό Εργαλείο Δυσθρεψίας (*Malnutrition Universal Screening Tool*)

MUST: Malnutrition Universal Screening Tool		
ΔΜΣ (kg/m ²)	Απώλεια Βάρους σε 3-6 μήνες	Επίπτωση οξείας νόσου
0: >20.0 1: =18.5-20.0 2: <18.5	0: <5% 1: =5-10% 2: >10%	Προσθέστε 2 βαθμούς εάν υπάρχει ή είναι πιθανό να υπάρξει πιθανότητα να μην φάει ο ασθενής για >5 ημέρες

Ολική Βαθμολογία και Οδηγίες

Προσθέστε τους βαθμούς για να υπολογίσετε τον ολικό κίνδυνο Δυσθρεψίας		
0 (Χαμηλός Κίνδυνος)	1 (Μεσαίος Κίνδυνος)	≥2 (Μεγάλος Κίνδυνος)
Κλινική Φροντίδα Ρουτίνας	Παρακολούθηση	Θεραπεία
Επαναλάβετε διάγνωση Νοσοκομείο – εβδομαδιαίως Μονάδες φροντίδας ηλικιωμένων – μηνιαίως Κοινότητα - κάθε χρόνο για ειδικές ομάδες, π.χ. άτομα ηλικίας > 75y	Νοσοκομείο – 3ημερη καταγραφή των διατροφικών συνηθειών και πρόσληψης υγρών. Εάν επαρκής πρόσληψη – μικρός κίνδυνος. Επαναλάβετε τη αξιολόγηση στα: Νοσοκομείο - εβδομαδιαία Φροντίδα στο σπίτι - τουλάχιστον σε μηνιαία βάση Κοινότητα - τουλάχιστον κάθε 2-3 μήνες Εάν υπάρχει ανεπαρκής πρόσληψη - ακολουθήστε την τοπική πολιτική, θέστε στόχους, βελτιώστε και αυξήστε τη συνολική διατροφική πρόσληψη, παρακολουθείστε και επανεξετάστε το πρόγραμμα φροντίδας τακτικά.	Παραπέμψτε στο διαιτολόγο, στη διατροφική Ομάδα Υποστήριξης ή εφαρμόστε τοπικές κατευθυντήριες Θέστε στόχους, βελτιώστε και να αυξήστε τη συνολική διατροφική πρόσληψη Παρακολούθηση και επισκόπηση του το σχέδιο φροντίδας Νοσοκομείο - εβδομαδιαία Φροντίδα στο σπίτι - μηνιαία Κοινότητα - μηνιαία * Εκτός αν η θεραπεία θεωρηθεί επιβλαβής ή δεν αναμένεται κανένα όφελος από τη διατροφική υποστήριξη π.χ. λόγω επικείμενου θανάτου.

Score 0 Wt loss < 5%				Score 1 Wt loss 5 - 10%				Score 2 Wt loss > 10%				
Weight loss in last 3 to 6 months				Weight loss in last 3 to 6 months				Weight loss in last 3 to 6 months				
Current weight	kg	Less than (kg)	Between (kg)	More than (kg)	kg	Less than (kg)	Between (kg)	More than (kg)	kg	Less than (kg)	Between (kg)	More than (kg)
	30	1.6	1.6 - 3.3	3.3	3.3	65	3.4	3.4 - 7.2	7.2	7.2	7.2	7.2
31	1.6	1.6 - 3.4	3.4	3.4	66	3.5	3.5 - 7.3	7.3	7.3	7.3	7.3	7.3
32	1.7	1.7 - 3.6	3.6	3.6	67	3.5	3.5 - 7.4	7.4	7.4	7.4	7.4	7.4
33	1.7	1.7 - 3.7	3.7	3.7	68	3.6	3.6 - 7.6	7.6	7.6	7.6	7.6	7.6
34	1.8	1.8 - 3.8	3.8	3.8	69	3.6	3.6 - 7.7	7.7	7.7	7.7	7.7	7.7
35	1.8	1.8 - 3.9	3.9	3.9	70	3.7	3.7 - 7.8	7.8	7.8	7.8	7.8	7.8
36	1.9	1.9 - 4.0	4.0	4.0	71	3.7	3.7 - 7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9
37	1.9	1.9 - 4.1	4.1	4.1	72	3.8	3.8 - 8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0
38	2.0	2.0 - 4.2	4.2	4.2	73	3.8	3.8 - 8.1	8.1	8.1	8.1	8.1	8.1
39	2.1	2.1 - 4.3	4.3	4.3	74	3.9	3.9 - 8.2	8.2	8.2	8.2	8.2	8.2
40	2.1	2.1 - 4.4	4.4	4.4	75	3.9	3.9 - 8.3	8.3	8.3	8.3	8.3	8.3
41	2.2	2.2 - 4.6	4.6	4.6	76	4.0	4.0 - 8.4	8.4	8.4	8.4	8.4	8.4
42	2.2	2.2 - 4.7	4.7	4.7	77	4.1	4.1 - 8.6	8.6	8.6	8.6	8.6	8.6
43	2.3	2.3 - 4.8	4.8	4.8	78	4.1	4.1 - 8.6	8.7	8.7	8.7	8.7	8.7
44	2.3	2.3 - 4.9	4.9	4.9	79	4.2	4.2 - 8.7	8.8	8.8	8.8	8.8	8.8
45	2.4	2.4 - 5.0	5.0	5.0	80	4.2	4.2 - 8.9	8.9	8.9	8.9	8.9	8.9
46	2.4	2.4 - 5.1	5.1	5.1	81	4.3	4.3 - 9.0	9.0	9.0	9.0	9.0	9.0
47	2.5	2.5 - 5.2	5.2	5.2	82	4.3	4.3 - 9.1	9.1	9.1	9.1	9.1	9.1
48	2.5	2.5 - 5.3	5.3	5.3	83	4.4	4.4 - 9.2	9.2	9.2	9.2	9.2	9.2
49	2.6	2.6 - 5.4	5.4	5.4	84	4.4	4.4 - 9.3	9.3	9.3	9.3	9.3	9.3
50	2.6	2.6 - 5.6	5.6	5.6	85	4.5	4.5 - 9.4	9.4	9.4	9.4	9.4	9.4
51	2.7	2.7 - 5.7	5.7	5.7	86	4.5	4.5 - 9.6	9.6	9.6	9.6	9.6	9.6
52	2.7	2.7 - 5.8	5.8	5.8	87	4.6	4.6 - 9.7	9.7	9.7	9.7	9.7	9.7
53	2.8	2.8 - 5.9	5.9	5.9	88	4.6	4.6 - 9.8	9.8	9.8	9.8	9.8	9.8
54	2.8	2.8 - 6.0	6.0	6.0	89	4.7	4.7 - 9.9	9.9	9.9	9.9	9.9	9.9
55	2.9	2.9 - 6.1	6.1	6.1	90	4.7	4.7 - 10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0
56	2.9	2.9 - 6.2	6.2	6.2	91	4.8	4.8 - 10.1	10.1	10.1	10.1	10.1	10.1
57	3.0	3.0 - 6.3	6.3	6.3	92	4.8	4.8 - 10.2	10.2	10.2	10.2	10.2	10.2
58	3.1	3.1 - 6.4	6.4	6.4	93	4.9	4.9 - 10.3	10.3	10.3	10.3	10.3	10.3
59	3.1	3.1 - 6.6	6.6	6.6	94	4.9	4.9 - 10.4	10.4	10.4	10.4	10.4	10.4
60	3.2	3.2 - 6.7	6.7	6.7	95	5.0	5.0 - 10.6	10.6	10.6	10.6	10.6	10.6
61	3.2	3.2 - 6.8	6.8	6.8	96	5.1	5.1 - 10.7	10.7	10.7	10.7	10.7	10.7
62	3.3	3.3 - 6.9	6.9	6.9	97	5.1	5.1 - 10.8	10.8	10.8	10.8	10.8	10.8
63	3.3	3.3 - 7.0	7.0	7.0	98	5.2	5.2 - 10.9	10.9	10.9	10.9	10.9	10.9
64	3.4	3.4 - 7.1	7.1	7.1	99	5.2	5.2 - 11.0	11.0	11.0	11.0	11.0	11.0

http://www.bapen.org.uk/pdfs/must/must_full.pdf

Βιβλιογραφία

The " MUST" Explanatory Booklet: A Guide to the Malnutrition Universal Screening Tool (" MUST") for Adults. BAPEN, 2003.

Explanatory Booklet: http://www.bapen.org.uk/pdfs/must/must_explan.pdf

Screening tool: http://www.bapen.org.uk/pdfs/must/must_full.pdf

GNRI

Γηριατρικός Δείκτης Διατροφικής Επικινδυνότητας (Geriatric Nutritional Risk Index)

$$\text{GNRI} = (1.489 \times \text{Αλβουμίνη (g/L)}) + (41.7 \times [\text{Βάρος} / \text{Απώλεια Βάρους}])$$

- Υψηλή επικινδυνότητα: <82
- Μεσαία επικινδυνότητα: 82-92
- Χαμηλή επικινδυνότητα: 92-98
- Καμία επικινδυνότητα: 98

Βιβλιογραφία

- Bouillanne O, Morineau G, Dupont C, Coulombel I, Vincent JP, Nicolis I et al. Geriatric Nutritional Risk Index: a new index for evaluating at-risk elderly medical patients. *Am J Clin Nutr* 2005; 82: 777-783.
- Cereda E, Pedrolli C. The Geriatric Nutritional Risk Index. *Curr Opin Clin Nutr Metab Care* 2009; 12: 1-7.

Nutritional Risk Screening 2002 (ESPEN Guideline)

Διαταραχή Θρεπτικής Κατάστασης		Σοβαρότητα της ασθένειας			
<p>Ήπια</p> <p>Βαθμός 1</p>	<p>Απώλεια βάρους >5% σε 3 μήνες</p> <p>Ή</p> <p>Κατανάλωση τροφής <50-75% των φυσιολογικών αναγκών την προηγούμενη εβδομάδα</p>	<p>Ήπια</p> <p>Βαθμός 1</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Κάταγμα ισχίου • Χρόνιοι ασθενείς, ιδιαίτερα αυτοί με οξείες επιπλοκές: κύρωση ήπατος, χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια • Χρόνια αιμοδιάλυση, διαβήτης, κακοήθεια 		
<p>Μεσαία</p> <p>Βαθμός 2</p>	<p>Απώλεια βάρους >5% σε 2 μήνες</p> <p>Ή</p> <p>ΔΜΣ 18.5 – 20.5 + διαταραγμένη γενικότερη κατάσταση θρέψης</p> <p>Ή</p> <p>Κατανάλωση τροφής <25-50% των φυσιολογικών αναγκών την προηγούμενη εβδομάδα</p>	<p>Μεσαία</p> <p>Βαθμός 2</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Επεμβάσεις κοιλιακής χώρας • Εγκεφαλικό επεισόδιο • Πνευμονία, αιματολογική κακοήθεια 		
<p>Σοβαρή</p> <p>Βαθμός 3</p>	<p>Απώλεια βάρους >5% σε 1 μήνα</p> <p>Ή</p> <p>ΔΜΣ <18.5 + διαταραγμένη γενικότερη κατάσταση θρέψης</p> <p>Ή</p> <p>Κατανάλωση τροφής <0-25% των φυσιολογικών αναγκών την προηγούμενη εβδομάδα</p>	<p>Σοβαρή</p> <p>Βαθμός 3</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Εγκεφαλικό τραύμα • Μεταμόσχευση μυελού των οστών • Ασθενείς στην εντατική 		
Βαθμός:		+	Βαθμός:		= ΟΛΙΚΟ ΣΚΟΡ:

Βιβλιογραφία

Kondrup J, Allison SP, Elia M, Vellas B, Plauth M; ESPEN guidelines for nutrition screening 2002. Educational and Clinical Practice Committee, European Society of Parenteral and Enteral Nutrition (ESPEN). Clin Nutr. 2003 Aug;22(4):415-21.

SNAQ

Απλοποιημένο ερωτηματολόγιο όρεξης (Simplified nutritional appetite questionnaire)

ΟΝΟΜΑ: _____ ΦΥΛΛΟ (κυκλώστε): Αρ Θηλ Ηλικία: _____

Βάρος: _____ Ύψος: _____ Ημερομηνία: _____

Οδηγίες: Ζητήστε από τον ασθενή να συμπληρώσει το ερωτηματολόγιο κυκλώνοντας την σωστή απάντηση και έπειτα προσθέστε τους βαθμούς που αντιστοιχούν σε κάθε απάντηση βασιζόμενοι στην εξής κλίμακα:

a = 1, b = 2, c = 3, d = 4, e = 5.

Η ολική βαθμολογία συνιστά το ολικό σκορ του SNAQ.

Σκορ >14 υποδηλώνει σημαντική επικινδυνότητα τουλάχιστο 5% απώλειας βάρους τους επόμενους 6 μήνες.

1. Η όρεξή μου είναι :

- a. Πολύ φτωχή
- b. Φτωχή
- c. Μέτρια
- d. Καλή
- e. Πολύ καλή

2. Όταν τρώω :

- a. Νιώθω πλήρης μετά από μόνο μερικές μπουκιές φαγητού
- b. Νιώθω κορεσμό μετά την κατανάλωση περίπου ενός τρίτου του γεύματος μου
- c. Νιώθω πλήρης μετά την κατανάλωση περίπου πάνω από το μισό του γεύματος μου
- d. Νιώθω πλήρης μετά την κατανάλωση του μεγαλύτερου μέρους του γεύματος μου
- e. Σχεδόν ποτέ δεν αισθάνομαι χορτάτος/η

3. Το φαγητό έχει γεύση :

- a. Πολύ κακή
- b. Κακή
- c. Μέτρια
- d. Καλή
- e. Πολύ καλή

4. Συνήθως τρώω:

- a. Λιγότερο από 1 γεύμα την ημέρα
- b. 1 γεύμα την ημέρα
- c. 2 γεύματα την ημέρα
- d. 3 γεύματα την ημέρα
- e. Περισσότερα από 3 γεύματα την ημέρα

Βιβλιογραφία

- Wilson MM, Thomas DR, Rubenstein LZ, Chibnall JT, Anderson S, Baxi A, Diebold MR, Morley JE. Appetite assessment: simple appetite questionnaire predicts weight loss in community-dwelling adults and nursing home residents. *Am J Clin Nutr.* 2005 Nov;82(5):1074-81.
- Sties, Sabrina Weiss, Ana Inês Gonzáles, Maick da Silveira Viana, Ricardo Brandt, Renata Labronici Bertin, Ricardo Goldfeder, Anderson Zampier Ulbrich, Alexandro Andrade, and Tales de Carvalho. "Simplified nutritional appetite questionnaire (SNAQ) for cardiopulmonary and metabolic rehabilitation program." *Revista Brasileira de Medicina do Esporte* 18, no. 5 (2012): 313-317.

EAT-10:

Εργαλείο αξιολόγησης της κατάποσης

(*Eating Assessment Tool*)

Όνοματεπώνυμο: Ηλικία: Φύλλο: Ημερομηνία:

Σκοπός: Το EAT-10 βοηθάει στην αξιολόγηση δυσκολιών κατάποσης.

Απαντήστε την κάθε ερώτηση σημειώνοντας τους βαθμούς σε κάθε κουτί

Σε ποιο βαθμό αντιμετωπίζετε τα ακόλουθα προβλήματα ;

1. Το πρόβλημα κατάποσης μου έχει προκαλέσει απώλεια βάρους

0 = κανένα πρόβλημα

1

2

3

4 = σοβαρό πρόβλημα

2. Το πρόβλημα κατάποσής μου μειώνει την ικανότητα να βγω έξω για φαγητό

0 = κανένα πρόβλημα

1

2

3

4 = σοβαρό πρόβλημα

3. Η κατάποση υγρών απαιτεί έξτρα προσπάθεια

0 = κανένα πρόβλημα

1

2

3

4 = σοβαρό πρόβλημα

4. Η κατάποση στερεών απαιτεί έξτρα προσπάθεια

0 = κανένα πρόβλημα

1

2

3

4 = σοβαρό πρόβλημα

5. Η κατάποση γαλιών απαιτεί έξτρα προσπάθεια

0 = κανένα πρόβλημα

1

2

3

4 = σοβαρό πρόβλημα

6. Όταν καταπίνω πονάω

0 = κανένα πρόβλημα

1

2

3

4 = σοβαρό πρόβλημα

7. Η ευχαρίστηση του φαγητού επηρεάζεται από την ικανότητά μου να καταπίνω

0 = κανένα πρόβλημα

1

2

3

4 = σοβαρό πρόβλημα

8. Όταν καταπίνω το φαγητό κολλάει στον λαιμό μου

0 = κανένα πρόβλημα

1

2

3

4 = σοβαρό πρόβλημα

9. Βήχω όταν τρώω

0 = κανένα πρόβλημα

1

2

3

4 = σοβαρό πρόβλημα

10. Η κατάποση μου προκαλεί στρες

0 = κανένα πρόβλημα

1

2

3

4 = σοβαρό πρόβλημα

B. Βαθμολογία

Προσθέστε τους βαθμούς και γράψτε τους ολικούς βαθμούς παρακάτω
(max. 40 βαθμοί)

Γ. Αποτέλεσμα

Εάν η βαθμολογία σας είναι 3 ή υψηλότερη μπορεί να αντιμετωπίζετε προβλήματα κατάποσης και συνίσταται η επίσκεψη στον Ιατρό σας.

Βιβλιογραφία:

Belafsky PC, Mouadeb DA, Rees CJ, Pryor JC, Postma GN, Allen J, Leonard RJ. Validity and Reliability of the Eating Assessment Tool (EAT-10). Annals of Otolaryngology & Laryngology 2008;117(12):919-924.

*Μετάφραση: Ειρήνη Τζανετάκου, Ταμίας ΕΕΜΕΓ, Λέκτορας
Επιδημιολογίας & Μεθοδολογίας Έρευνας Ευρωπαϊκό Παν/μιο Κύπρου*



**European
University Cyprus**
LAUREATE INTERNATIONAL UNIVERSITIES



Ελληνική Εταιρεία
Μελέτης και Έρευνας της **Γήρανης**
E.E.M.E.F.