

Univerzálny skrínigový nástroj malnutrície

“MUST”

MUST je skrínigový nástroj určený pre identifikáciu dospelých, ktorí trpia malnutríciou, sú vystavený riziku malnutrície, alebo sú obézny. Nástroj pozostáva z 5 krokov. Obsahuje tiež usmernenia, ktoré sa môžu použiť na vypracovanie plánu starostlivosti.

Je určený na použitie v nemocniciach, komunitných a iných zariadeniach, a môžu ho používať všetci zdravotnícky pracovníci.

Táto príručka obsahuje:

- Vývojový diagram zobrazujúci 5 krokov, ktoré sa majú použiť pre skrínig a manažment starostlivosti
- BMI tabuľku
- Tabuľky úbytku hmotnosti
- Alternatívne merania, ak BMI nemôžeme získať meraním hmotnosti a výšky

5 “MUST” krokov

Krok 1

Zmeraj výšku a hmotnosť na získanie BMI skóre pomocou poskytnutej tabuľky. Ak nie je možné získať výšku a hmotnosť, použi alternatívne postupy uvedené v tejto príručke.

Krok 2

Uveď percentuálny podiel neplánovanej straty hmotnosti a skóre s použitím predložených tabuliek.

Krok 3

Urči vplyv akútneho ochorenia a boduj.

Krok 4

Súčtom bodov z krokov 1, 2 a 3 získaj hodnotu celkového rizika malnutrície

Krok 5

Na vypracovanie plánu starostlivosti použi usmernenia pre manažment a/alebo lokálne postupy.

Ak nie je možné zmerať hmotnosť a výšku a pri skrínigu skupín pacientov, u ktorých je potrebná zvýšená pozornosť pri interpretácii, pozrite si vysvetľujúcu brožúru „MUST“ (napr. pacienti s poruchami príjmu tekutín, sadrou, amputáciami, kritickou chorobou a tehotné alebo dojčiacie ženy). Brožúra sa môže použiť aj na odbornú prípravu. Upozorňujeme Vás, že „MUST“ nebol navrhnutý tak, aby detekoval nedostatočný alebo nadmerný príjem vitamínov, minerálnych látok a je použiteľný len u dospelých.

Krok 1 – BMI skóre (BMI)

| | | Height (feet and inches) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|----|---------------------------------|----------------------------------|------|-----|---------------------------------|---------------------------------|-----|-----|-----|---------------------------------|---------------------------------|-----|-----|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|------|------|----------------------------------|---------------------------------|-----|-----|-----|---------------------------------|---------------------------------|----|----|
| | | 4'9 ¹ / ₂ | 4'10 ¹ / ₂ | 4'11 | 5'0 | 5'0 ¹ / ₂ | 5'1 ¹ / ₂ | 5'2 | 5'3 | 5'4 | 5'4 ¹ / ₂ | 5'5 ¹ / ₂ | 5'6 | 5'7 | 5'7 ¹ / ₂ | 5'8 ¹ / ₂ | 5'9 ¹ / ₂ | 5'10 | 5'11 | 5'11 ¹ / ₂ | 6'0 ¹ / ₂ | 6'1 | 6'2 | 6'3 | 6'3 ¹ / ₂ | 6'4 ¹ / ₂ | | |
| 100 | 47 | 46 | 44 | 43 | 42 | 41 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 35 | 34 | 33 | 32 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 27 | 27 | 15 | 10 |
| 99 | 46 | 45 | 44 | 43 | 42 | 41 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 33 | 32 | 31 | 31 | 30 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 15 | 8 |
| 98 | 46 | 45 | 44 | 42 | 41 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 15 | 6 | |
| 97 | 46 | 44 | 43 | 42 | 41 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 34 | 33 | 32 | 31 | 31 | 30 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 26 | 15 | 4 | |
| 96 | 45 | 44 | 43 | 42 | 40 | 39 | 38 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 15 | 2 | |
| 95 | 45 | 43 | 42 | 41 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 34 | 33 | 32 | 31 | 31 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 25 | 14 | 13 | |
| 94 | 44 | 43 | 42 | 41 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 33 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 27 | 26 | 25 | 25 | 14 | 11 | |
| 93 | 44 | 42 | 41 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 35 | 34 | 33 | 32 | 31 | 31 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 14 | 9 | |
| 92 | 43 | 42 | 41 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 33 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 27 | 26 | 25 | 25 | 24 | 14 | 7 | |
| 91 | 43 | 42 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 31 | 31 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 24 | 14 | 5 | |
| 90 | 42 | 41 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 33 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 27 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 14 | 2 | |
| 89 | 42 | 41 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 32 | 31 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 14 | 0 | |
| 88 | 41 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 34 | 33 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 27 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 13 | 12 | |
| 87 | 41 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 32 | 31 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 13 | 10 | |
| 86 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 34 | 33 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 13 | 8 | |
| 85 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 32 | 31 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 13 | 5 | |
| 84 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 35 | 34 | 33 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 27 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 24 | 23 | 23 | 13 | 3 | |
| 83 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 32 | 31 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 13 | 1 | |
| 82 | 38 | 37 | 36 | 35 | 35 | 34 | 33 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 12 | 13 | |
| 81 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 32 | 31 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 25 | 24 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 12 | 11 | |
| 80 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 12 | 8 | |
| 79 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 31 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 12 | 6 | |
| 78 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 12 | 4 | |
| 77 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 32 | 31 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 12 | 2 | |
| 76 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 12 | 0 | |
| 75 | 35 | 34 | 33 | 32 | 32 | 31 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 11 | 11 | |
| 74 | 35 | 34 | 33 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 26 | 26 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 11 | 9 | |
| 73 | 34 | 33 | 32 | 32 | 31 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 11 | 7 | |
| 72 | 34 | 33 | 32 | 31 | 30 | 30 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 26 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 11 | 5 | |
| 71 | 33 | 32 | 32 | 31 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 11 | 3 | |
| 70 | 33 | 32 | 31 | 30 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 19 | 18 | 11 | 1 | |
| 69 | 32 | 32 | 31 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 26 | 26 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 10 | 12 | |
| 68 | 32 | 31 | 30 | 29 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 10 | 10 | |
| 67 | 31 | 31 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 26 | 26 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 10 | 8 | |
| 66 | 31 | 30 | 29 | 28 | 27 | 26 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 10 | 6 | |
| 65 | 30 | 30 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 10 | 3 | |
| 64 | 30 | 29 | 28 | 28 | 27 | 26 | 26 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 10 | 1 | |
| 63 | 30 | 29 | 28 | 27 | 27 | 26 | 25 | 25 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 9 | 13 | |
| 62 | 29 | 28 | 28 | 27 | 26 | 25 | 25 | 24 | 24 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 | 9 | 11 | |
| 61 | 29 | 28 | 27 | 26 | 26 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 | 9 | 8 | |
| 60 | 28 | 27 | 27 | 26 | 25 | 25 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 17 | 16 | 16 | 9 | 6 | |
| 59 | 28 | 27 | 26 | 26 | 25 | 24 | 24 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 9 | 4 | |
| 58 | 27 | 26 | 26 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 17 | 16 | 16 | 15 | 9 | 2 | |
| 57 | 27 | 26 | 25 | 25 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 9 | 0 | |
| 56 | 26 | 26 | 25 | 24 | 24 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 8 | 11 | |
| 55 | 26 | 25 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 8 | 9 | |
| 54 | 25 | 25 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 14 | 8 | 7 | |
| 53 | 25 | 24 | 24 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 15 | 14 | 8 | 5 | |
| 52 | 24 | 24 | 23 | 23 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 15 | 14 | 14 | 14 | 8 | 3 | |
| 51 | 24 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 15 | 14 | 14 | 14 | 14 | 8 | 1 | |
| 50 | 23 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 15 | 14 | 14 | 14 | 14 | 7 | 12 | |
| 49 | 23 | 22 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 15 | 14 | 14 | 14 | 14 | 13 | 7 | 10 | |
| 48 | 23 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 17 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 15 | 14 | 14 | 14 | 14 | 13 | 13 | 7 | 8 | |
| 47 | 22 | 21 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 17 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 15 | 14 | 14 | 14 | 13 | 13 | 13 | 12 | 7 | 6 | |
| 46 | 22 | 21 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 15 | 14 | 14 | 14 | 13 | 13 | 13 | 12 | 12 | 7 | 4 | |
| 45 | 21 | 21 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 15 | 14 | 14 | 14 | 13 | 13 | 13 | 12 | 12 | 12 | 7 | 2 | |
| 44 | 21 | 20 | 20 | 19 | 18 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 15 | 14 | 14 | 14 | 14 | 13 | 13 | 13 | 12 | 12 | 12 | 6 | 13 | |
| 43 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 15 | 14 | 14 | 14 | 13 | 13 | 13 | 12 | 12 | 12 | 11 | 6 | 11 | |
| 42 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 | 16 | 16 | 16 | 15 | 15 | 15 | 14 | 14 | 14 | 14 | 13 | 13 | 13 | 12 | 12 | 12 | 11 | 6 | 9 | |
| 41 | 19 | 19 | 18 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Krok 1

BMI skóre

| BMI kg/m ² | Skóre |
|-----------------------|-------|
| >20(>30 Obezita) | = 0 |
| 18,5 – 20 | = 1 |
| <18,5 | = 2 |

+

Krok 2

skóre straty hmotnosti

Neplánovaný úbytok hmotnosti v posledných 3-6 mesiacoch

| % | Skóre |
|--------|-------|
| <5 | = 0 |
| 5 – 10 | = 1 |
| >10 | = 2 |

+

Krok 3

skóre pôsobenia akútneho ochorenia

Ak je pacient akútne chorý a neprijímal alebo pravdepodobne nebude prijímať žiadnu výživu dlhšie ako 5 dní

Skóre 2

Ak nie je možné zistiť výšku a hmotnosť, použi alternatívne merania alebo subjektívne kritéria merania.

Krok 4

Celkové riziko malnutície

Sčítaním skóre vypočítaj celkové riziko malnutície

Skóre 0: Nízke riziko

Skóre 1: Stredné riziko

Skóre 2 alebo viac: Vysoké riziko

Krok 5

usmernenia pre manažment

Skóre 0: Nízke riziko

RUTINNÁ KLINICKÁ STAROSTLIVOSŤ

Opakovať skrining

- Nemocnica: 1x týždenne
- Domovy sociálnych služieb: 1x mesačne
- Domáca starostlivosť: ročne pre špeciálne skupiny, napr. osoby staršie ako 75 rokov

Skóre 1: Stredné riziko

POZORUJ

- Dokumentuj príjem výživy počas 3 dní
- Ak je príjem stravy lepší alebo primeraný, je tu malá obava zo zhoršenia; ak je stav bez zmeny, je predpoklad zhoršenia- nasleduj lokálny štandard/predpis
- Opakuj skrining:
 - Inštitucionalizovaná starostlivosť: 1x mesačne
 - Domáca starostlivosť: každé 2-3 mesiace

Skóre 2 alebo viac: Vysoké riziko

LIEČ*

- Obráť sa na dietológa, tím nutričnej podpory, alebo implementuj lokálny štandard/predpis
 - Zlepši a zvýš celkový príjem výživy
 - Monitoruj a prehodnoť plán starostlivosti:
 - Inštitucionalizovaná starostlivosť: 1x týždenne
 - Domáca starostlivosť: 1x mesačne
- * Pokiaľ sa neočakáva škodlivý alebo žiadny prínos nutričnej podpory, napr. smrť.

Rizikové kategórie:

- Lieč základné ochorenie a v prípade potreby poskytni pomoc a rady týkajúce sa výberu potravín, stravovania a pitia.
- Zaznamenaj kategóriu rizika malnutície.
- Zaznamenaj potrebu špeciálnej stravy a nasleduj lokálny štandard.

Obezita:

- Zaznamenaj prítomnosť obezity. U osôb so základnými ochoreniami sa tieto zvyčajne kontrolujú pred liečbou obezity..

Opätovne posúď subjekty, u ktorých bolo identifikované riziko pri ich prekladoch cez zariadenia starostlivosti.

Ďalšie podrobnosti nájdete vo vysvetľujúcej brožúre "MUST" a podporné dôkazy v správe "MUST".

Krok 2 – skóre úbytku hmotnosti

Aktuálna hmotnosť

| kg | Skóre 0 Úbytok <5% | Skóre 1 Úbytok 5 – 10 % | Skóre 2 Úbytok >10% |
|----|--------------------------|-------------------------------|---------------------------|
| 30 | <1.6 | 1.6 – 3.3 | 3.3 |
| 31 | <1.6 | 1.6 – 3.4 | 3.4 |
| 32 | <1.7 | 1.7 – 3.6 | 3.6 |
| 33 | 1.7 | 1.7 – 3.7 | 3.7 |
| 34 | 1.8 | 1.8 – 3.8 | 3.8 |
| 35 | 1.8 | 1.8 – 3.9 | 3.9 |
| 36 | 1.9 | 1.9 – 4.0 | 4.0 |
| 37 | 1.9 | 1.9 – 4.1 | 4.1 |
| 38 | 2.0 | 2.0 – 4.2 | 4.2 |
| 39 | 2.1 | 2.1 – 4.3 | 4.3 |
| 40 | 2.1 | 2.1 – 4.4 | 4.4 |
| 41 | 2.2 | 2.2 – 4.6 | 4.6 |
| 42 | 2.2 | 2.2 – 4.7 | 4.7 |
| 43 | 2.3 | 2.3 – 4.8 | 4.8 |
| 44 | 2.3 | 2.3 – 4.9 | 4.9 |
| 45 | 2.4 | 2.4 – 5.0 | 5.0 |
| 46 | 2.4 | 2.4 – 5.1 | 5.1 |
| 47 | 2.5 | 2.5 – 5.2 | 5.2 |
| 48 | 2.5 | 2.5 – 5.3 | 5.3 |
| 49 | 2.6 | 2.6 – 5.4 | 5.4 |
| 50 | 2.6 | 2.6 – 5.6 | 5.6 |
| 51 | 2.7 | 2.7 – 5.7 | 5.7 |
| 52 | 2.7 | 2.7 – 5.8 | 5.8 |
| 53 | 2.8 | 2.8 – 5.9 | 5.9 |
| 54 | 2.8 | 2.8 – 6.0 | 6.0 |
| 55 | 2.9 | 2.9 – 6.1 | 6.1 |
| 56 | 2.9 | 2.9 – 6.2 | 6.2 |
| 57 | 3.0 | 3.0 – 6.3 | 6.3 |
| 58 | 3.1 | 3.1 – 6.4 | 6.4 |
| 59 | 3.1 | 3.1 – 6.6 | 6.6 |
| 60 | 3.2 | 3.2 – 6.7 | 6.7 |
| 61 | 3.2 | 3.2 – 6.8 | 6.8 |
| 62 | 3.3 | 3.3 – 6.9 | 6.9 |
| 63 | 3.3 | 3.3 – 7.0 | 7.0 |
| 64 | 3.4 | 3.4 – 7.1 | 7.1 |

| kg | Menej ako (kg) | Medzi (kg) | Viac ako (kg) |
|----|-------------------|---------------|------------------|
| 65 | 3.4 | 3.4 – 7.2 | 7.2 |
| 66 | 3.5 | 3.5 – 7.3 | 7.3 |
| 67 | 3.5 | 3.5 – 7.4 | 7.4 |
| 68 | 3.6 | 3.6 – 7.6 | 7.6 |
| 69 | 3.6 | 3.6 – 7.7 | 7.7 |
| 70 | 3.7 | 3.7 – 7.8 | 7.8 |
| 71 | 3.7 | 3.7 – 7.9 | 7.9 |
| 72 | 3.8 | 3.8 – 8.0 | 8.0 |
| 73 | 3.8 | 3.8 – 8.1 | 8.1 |
| 74 | 3.9 | 3.9 – 8.2 | 8.2 |
| 75 | 3.9 | 3.9 – 8.3 | 8.3 |
| 76 | 4.0 | 4.0 – 8.4 | 8.4 |
| 77 | 4.1 | 4.1 – 8.6 | 8.6 |
| 78 | 4.1 | 4.1 – 8.6 | 8.7 |
| 79 | 4.2 | 4.2 – 8.7 | 8.8 |
| 80 | 4.2 | 4.2 – 8.9 | 8.9 |
| 81 | 4.3 | 4.3 – 9.0 | 9.0 |
| 82 | 4.3 | 4.3 – 9.1 | 9.1 |
| 83 | 4.4 | 4.4 – 9.2 | 9.2 |
| 84 | 4.4 | 4.4 – 9.3 | 9.3 |
| 85 | 4.5 | 4.5 – 9.4 | 9.4 |
| 86 | 4.5 | 4.5 – 9.6 | 9.6 |
| 87 | 4.6 | 4.6 – 9.7 | 9.7 |
| 88 | 4.6 | 4.6 – 9.8 | 9.8 |
| 89 | 4.7 | 4.7 – 9.9 | 9.9 |
| 90 | 4.7 | 4.7 – 10.0 | 10.0 |
| 91 | 4.8 | 4.8 – 10.1 | 10.1 |
| 92 | 4.8 | 4.8 – 10.2 | 10.2 |
| 93 | 4.9 | 4.9 – 10.3 | 10.3 |
| 94 | 4.9 | 4.9 – 10.4 | 10.4 |
| 95 | 5.0 | 5.0 – 10.6 | 10.6 |
| 96 | 5.1 | 5.1 – 10.7 | 10.7 |
| 97 | 5.1 | 5.1 – 10.8 | 10.8 |
| 98 | 5.2 | 5.2 – 10.9 | 10.9 |
| 99 | 5.2 | 5.2 – 11.0 | 11.0 |

Alternatívne merania a posúdenia

Krok 1: BMI (Body mass index)

Ak nie je možné zmerať výšku

- Použi nedávno zdokumentovanú alebo nahlásenú výšku (ak je spoľahlivá a reálna).
- Ak subjekt nevie alebo nemôže uviesť svoju výšku, použi jednu z alternatívnych možností na odhad výšky (laktová kosť, výška kolena alebo demispan).

Ak nie je možné zmerať výšku a váhu

- Na odhad kategórie BMI použite meranie stredného obvodu ramena (MUAC).

Krok 2: neplánovaný úbytok hmotnosti

Ak nie je možné vypočítať nedávny úbytok hmotnosti, použite údaje o vlastnom úbytku hmotnosti (ak sú spoľahlivé a reálne).

Subjektívne kritériá

Ak nie je možné získať výšku, hmotnosť alebo BMI, môžu vám pomôcť nasledujúce kritériá, ktoré sa na ne vzťahujú odborné posúdenie kategórie nutričného rizika subjektu. Upozorňujeme, že použitie týchto kritérií je nie je určené na pridelenie skóre.

1. BMI

- Klinický dojem - štíhla, prijateľná hmotnosť, nadváha. Možno zaznamenať aj zjavné chradnutie (veľmi chudá) a obezitu (veľmi vysoká nadváha).

2. Neplánovaná strata hmotnosti

- Odevy a/alebo šperky sú pacientovi voľné (strata hmotnosti).
- Znížený príjem potravy, znížená chuť do jedla alebo problémy s prehĺtaním v priebehu 3-6 mesiacov a základné ochorenie alebo psychosociálne/fyzické postihnutie, ktoré môže spôsobiť stratu hmotnosti.

3. Vplyv akútneho ochorenia

- Žiadny príjem výživy alebo pravdepodobnosť, že nebude prijímaná viac ako 5 dní.

Ďalšie podrobnosti o alternatívnych meraniach, osobitných okolnostiach a subjektívnych kritériách nájdete vo vysvetľujúcej brožúre "MUST". Kópiu si môžete stiahnuť na adrese www.bapen.org.uk alebo zakúpiť v kancelárii BAPEN. Úplná dôkazová základňa pre "MUST" je uvedená v správe "MUST". a je tiež k dispozícii na zakúpenie v kancelárii BAPEN.

BAPEN Office, Secure Hold Business Centre, Studley Road, Redditch, Worcs, B98 7LG. Tel: 01527 457 850. Fax: 01527 458 718.
bapen@sovereignconference.co.uk BAPEN is registered charity number 1023927. www.bapen.org.uk

© BAPEN 2003 ISBN 1 899467 90 4 Price £2.00

All rights reserved. This document may be photocopied for dissemination and training purposes as long as the source is credited and recognised.

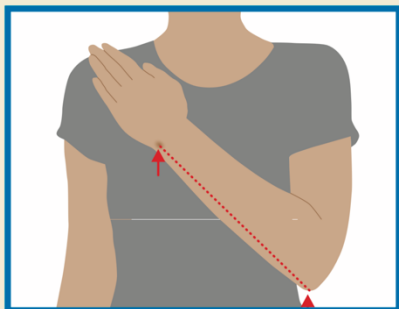
Copy may be reproduced for the purposes of publicity and promotion. Written permission must be sought from BAPEN if reproduction or adaptation is required. If used for commercial gain a licence fee may be required.



Alternatívne merania: pokyny a tabuľky

Ak nie je možné zistiť výšku, použite dĺžku predlaktia (laktóvu kosť) na výpočet výšky podľa nižšie uvedených tabuliek. (Podrobnosti o ďalších alternatívnych meraniach nájdete vo vysvetlivkách k príručke "MUST" (výška kolena a demispan), ktoré sa tiež môžu použiť na odhad výšky).

Odhad výšky od dĺžky laktóvej kosti

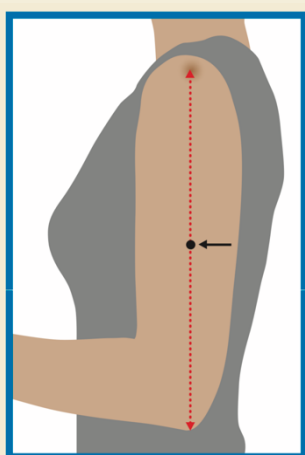


Odmerajte medzi bodom lakťa (výbežok olecranonu) a stredom vyčnievajúcej kosti zápästia (styloidný výbežok) (ak je to možné na ľavej strane).

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------|------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Výška (m) | Muži <65r | 1.94 | 1.93 | 1.91 | 1.89 | 1.87 | 1.85 | 1.84 | 1.82 | 1.80 | 1.78 | 1.76 | 1.75 | 1.73 | 1.71 |
| | Muži ≥ 65r | 1.87 | 1.86 | 1.84 | 1.82 | 1.81 | 1.79 | 1.78 | 1.76 | 1.75 | 1.73 | 1.71 | 1.70 | 1.68 | 1.67 |
| Dĺžka ulny (cm) | | 32.0 | 31.5 | 31.0 | 30.5 | 30.0 | 29.5 | 29.0 | 28.5 | 28.0 | 27.5 | 27.0 | 26.5 | 26.0 | 25.5 |
| Výška (m) | Ženy <65 r | 1.84 | 1.83 | 1.81 | 1.80 | 1.79 | 1.77 | 1.76 | 1.75 | 1.73 | 1.72 | 1.70 | 1.69 | 1.68 | 1.66 |
| | Ženy ≥ 65r | 1.84 | 1.83 | 1.81 | 1.79 | 1.78 | 1.76 | 1.75 | 1.73 | 1.71 | 1.70 | 1.68 | 1.66 | 1.65 | 1.63 |

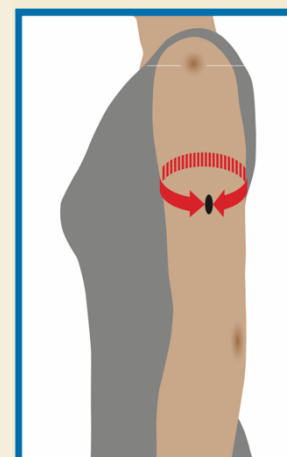
| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------|------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Výška (m) | Muži < 65r | 1.69 | 1.67 | 1.66 | 1.64 | 1.62 | 1.60 | 1.58 | 1.57 | 1.55 | 1.53 | 1.51 | 1.49 | 1.48 | 1.46 |
| | Muži ≥ 65r | 1.65 | 1.63 | 1.62 | 1.60 | 1.59 | 1.57 | 1.56 | 1.54 | 1.52 | 1.51 | 1.49 | 1.48 | 1.46 | 1.45 |
| Dĺžka ulny (cm) | | 25.0 | 24.5 | 24.0 | 23.5 | 23.0 | 22.5 | 22.0 | 21.5 | 21.0 | 20.5 | 20.0 | 19.5 | 19.0 | 18.5 |
| Výška (m) | Ženy < 65r | 1.65 | 1.63 | 1.62 | 1.61 | 1.59 | 1.58 | 1.56 | 1.55 | 1.54 | 1.52 | 1.51 | 1.50 | 1.48 | 1.47 |
| | Ženy ≥ 65r | 1.61 | 1.60 | 1.58 | 1.56 | 1.55 | 1.53 | 1.52 | 1.50 | 1.48 | 1.47 | 1.45 | 1.44 | 1.42 | 1.40 |

Odhad kategórie BMI z obvodu stredného ramena (MUAC)



Ľavá horná končatina subjektu by mala byť ohnutá v lakti pod uhlom 90°, pričom nadlaktie by malo byť držané rovnobežne so stranou tela. Zmerajte vzdialenosť medzi kostným výbežkom na ramene (akromion) a bodom lakťa (výbežok olecranonu). Označte stredný bod.

Požiadajte subjekt, aby nechal ruku voľne visieť a zmerajte okolo nadlaktia v strede, pričom sa uistite, že meradlo prilieha, ale nie pevne.



Ak je MUAC <23,5 cm, BMI bude pravdepodobne <20 kg/m².

Ak je MUAC > 32,0 cm, BMI bude pravdepodobne > 30 kg/m².

Použitie MUAC poskytuje všeobecný údaj o BMI a nie je určené na vytvorenie skutočného skóre na použitie s "MUST".

Viac informácií o používaní MUAC nájdete vo vysvetlivkách k "MUST".