



Nutridrink

Nutricia tilbyr flere forskjellige næringsdrikker som dekker forskjellige behov. Disse kan benyttes som tillegg til normal kost hos pasienter som er definert som underernærte. 2-3 Nutridrink, i tillegg til vanlig kost, vil normalt forbedre ernæringsstatus.

Mar 2008

Design og trykk: www.konsis.no

# "MUST"

## ("Mini UnderernæringScreeningverkTøy")

"MUST" er et femtrinns screeningverktøy for voksne som enten er underernærte, i risiko for å bli underernærte eller er overvektige. "MUST" inkluderer også retningslinjer for å utvikle en handlingsplan.

"MUST" er ment for bruk ved sykehus, sykehjem, legekontor, hjemmesykepleien og andre helsesettinger, og kan brukes av alle helsearbeidere. "MUST" er et validert screeningverktøy som er raskt og enkelt å bruke.

"MUST" er ikke egnet til å avdekke manglende eller overdrevet inntak av vitaminer og mineraler.

### Denne folderen inneholder:

- 5-trinns "MUST" flytskjema
- BMI diagram
- Vekttap tabell

Alternative målemetoder finnes når vekt og høyde ikke kan fastslås. Mer detaljert informasjon om "MUST" kan lastes ned fra Nutricias webside: [www.nutricia.no](http://www.nutricia.no)

Nutricia Norge AS | Holbergsgt. 21 | N-0166 Oslo  
Tlf. +47 23 00 21 00 | Fax +47 23 00 21 01  
e-post [nutricia@nutricia.no](mailto:nutricia@nutricia.no) | [www.nutricia.no](http://www.nutricia.no)



SCORE 2	SCORE 1	SCORE 0	Vekt før vekttap (kg)
>3.40	<1.70	<3.40	126 kg
>3.80	<1.90	<3.80	124 kg
>4.20	<2.10	<4.20	122 kg
>4.60	<2.30	<4.60	120 kg
>5.00	<2.50	<5.00	118 kg
>5.40	<2.70	<5.40	116 kg
>5.80	<2.90	<5.80	114 kg
>6.20	<3.10	<6.20	112 kg
>6.60	<3.30	<6.60	110 kg
>7.00	<3.50	<7.00	108 kg
>7.40	<3.70	<7.40	106 kg
>7.80	<3.90	<7.80	104 kg
>8.20	<4.10	<8.20	102 kg
>8.60	<4.30	<8.60	100 kg
>9.00	<4.50	<9.00	98 kg
>9.40	<4.70	<9.40	96 kg
>9.80	<4.90	<9.80	94 kg
>10.20	<5.10	<10.20	92 kg
>10.60	<5.30	<10.60	90 kg
>11.00	<5.50	<11.00	88 kg
>11.40	<5.70	<11.40	86 kg
>11.80	<5.90	<11.80	84 kg
>12.20	<6.10	<12.20	82 kg
>12.60	<6.30	<12.60	80 kg
>13.00	<6.50	<13.00	78 kg
>13.40	<6.70	<13.40	76 kg
>13.80	<6.90	<13.80	74 kg
>14.20	<7.10	<14.20	72 kg
>14.60	<7.30	<14.60	70 kg
>15.00	<7.50	<15.00	68 kg
>15.40	<7.70	<15.40	66 kg
>15.80	<7.90	<15.80	64 kg
>16.20	<8.10	<16.20	62 kg
>16.60	<8.30	<16.60	60 kg
>17.00	<8.50	<17.00	58 kg
>17.40	<8.70	<17.40	56 kg
>17.80	<8.90	<17.80	54 kg
>18.20	<9.10	<18.20	52 kg
>18.60	<9.30	<18.60	50 kg
>19.00	<9.50	<19.00	48 kg
>19.40	<9.70	<19.40	46 kg
>19.80	<9.90	<19.80	44 kg
>20.20	<10.10	<20.20	42 kg
>20.60	<10.30	<20.60	40 kg
>21.00	<10.50	<21.00	38 kg
>21.40	<10.70	<21.40	36 kg
>21.80	<10.90	<21.80	34 kg

Tabell over BMI (Body Mass Index) utregnet fra formelen =  $\frac{\text{Vekt (kg)}}{\text{høyde} \times \text{høyde (m}^2\text{)}}$

Høyde	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg
1,92	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg
1,90	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg
1,88	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg
1,86	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg	
1,84	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg	
1,82	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg	
1,80	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg	
1,78	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg	
1,76	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg		
1,74	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg		
1,72	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg		
1,70	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg		
1,68	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg			
1,66	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg			
1,64	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg			
1,62	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg			
1,60	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg				
1,58	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg				
1,56	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg				
1,54	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	Kg					
1,52	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24																																															

# "MUST" ("Mini UnderernæringScreeningverktøy")

## Trinn 1

BMI-score

BMI kg/m <sup>2</sup>	Score
>20(>30 fedme)	= 0
18.5 - 20	= 1
<18.5	= 2

+

## Trinn 2

Vekttap-score

Ufrivillig vekttap de siste 3-6 månedene

%	Score
<5	= 0
5-10	= 1
>10	= 2

+

## Trinn 3

Score for akutt sykdom

Hvis pasienten lider av akutt sykdom og ikke har hatt eller sannsynligvis ikke vil ha næringsinntak i fem dager eller mer.  
**Score 2**

Se i "MUST" Brosjyren for alternative målemetoder og bruk av subjektive kriterier ved tilfeller der det ikke er mulig å fastslå høyde og vekt.

## Trinn 4

Samlet risiko for underernæring

Legg sammen scorene for å beregne samlet risiko for underernæring  
Score 0 Lav risiko    Score 1 Middels risiko    Score 2 eller mer Høy risiko

## Trinn 5

Tiltak

0

### Lav risiko

Rutinemessig klinisk omsorg

- Gjenta screening  
Sykehus – hver uke  
Sykehjem – månedlig  
Hjemmesykepleie/allmennpraksis – årlig for bestemte grupper, f.eks. > 75 år

1

### Middels risiko

Observasjon

- Sykehus/sykehjem  
– dokumenter næringsinntak i tre dager
- Hvis forbedret eller tilstrekkelig inntak – lite behov for klinisk behandling; hvis ingen forbedring – følg lokale retningslinjer
- Gjenta screening  
Sykehus – ukentlig  
Sykehjem – min. månedlig  
Hjemmesykepleie/allmennpraksis – min. hver 2.-3. mnd

2 eller mer  
Høy risiko

Start behandling\*

- Trekk inn klinisk ernæringsfysiolog, ernæringsteam eller følg lokale retningslinjer for ernæringsterapi
- Forbedre og øk totalt næringsinntak
- Overvåk og gjennomgå ernæringsplanen  
Sykehus – ukentlig  
Sykehjem – månedlig  
Hjemmesykepleie/allmennpraksis – månedlig

#### Alle risikokategorier:

- Behandle underliggende tilstand og gi hjelp og råd med valg av mat, spising og drikking etter behov
- Registrer pasientens risikokategori
- Registrer behov for spesielle dietter og følg lokale retningslinjer

#### Fedme:

- Registrer ev. overvekt. Ev. underliggende tilstand kontrolleres vanligvis før overvekten behandles.

\*Med mindre man forventer at ernæringsterapi ikke har noe positiv effekt, f.eks. ved umiddelbar død.

**Pasienter med identifisert risiko bør revideres ved flytting innenfor helsesystemet**

Se "MUST" Brosjyren for mer informasjon og "MUST" Report for dokumentasjon.