

Verktøy for å vurdere risiko for underernæring hos voksne (MST – Malnutrition Screening Tool)		
1. Har du/pasienten gått ned i vekt i det siste uten å ha gjort forsøk på det?		
	Nei	0
	Vet ikke	2
	Ja. Hvor mange kilo?	
	1-5 kg	1
	6-10 kg	2
	11-15 kg	3
	over 15 kg	4
	Vet ikke hvor mange kilo	2
2. Har du/pasienten spist mindre enn vanlig på grunn av nedsatt matlyst?		
	Nei	0
	Ja	1
Total poengskår		
Poengskår 2 eller mer betyr at du/pasienten er i risiko for underernæring: Iverksett kartlegging og tiltak.		

Malnutrition Screening Tool (MST). Figuren er oversatt til norsk av Helsedirektoratet, basert på en tabell fra Ferguson et al., 1999.

Veiledning til spørsmål 1: Har du/pasienten gått ned i vekt i det siste uten å ha gjort forsøk på det?

- «Gått ned i vekt i det siste»
 - Ta utgangspunkt i vektendring i løpet av de siste seks måneder
 - Involver gjerne pårørende, som ofte kan bidra med utfyllende informasjon

Veiledning til spørsmål 2: Har du/pasienten spist mindre enn vanlig på grunn av nedsatt matlyst?

- Ta gjerne utgangspunkt i om det er mindre enn $\frac{3}{4}$ av det personen anser som sitt vanlige matinntak.
- «Spist mindre enn vanlig» kan omfatte

- spist mindre enn man pleier eller vanligvis gjør
 - spist dårlig
 - spist lite
 - redusert matinntak
- Involver gjerne pårørende, som ofte kan bidra med utfyllende informasjon.
 - «Nedsatt matlyst», eller redusert appetitt, er en vanlig årsak til redusert matinntak. Vær oppmerksom på at det er mange forhold som kan påvirke matlysten eller matinntaket, slik som tygge- og svelgevansker eller andre spiserelaterte symptomer som gjør at du/pasienten har problemer med å få i seg mat og næring.

Veiledning til total poengskår

En skår på 2 eller mer betyr at en person er i risiko for underernæring. Gå videre med å gjennomføre individuell kartlegging (anbefaling 2) og eventuelt iverksette tiltak (anbefaling 3).