|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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. **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 ¾ 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).