

فرم پرسشنامه ی MUST

"ابزار غربالگری سوء تغذیه جهانی"

MUST یک ابزار غربالگری ۵ مرحله ای برای بررسی بزرگسالانی است که دچار سوء تغذیه، در معرض سوء تغذیه یا چاق هستند. همچنین شامل دستورالعمل هایی است که می تواند برای توسعه ی یک طرح مراقبت استفاده شود. این ابزار در بیمارستان ها، جامعه و دیگر سیستم های مراقبتی قابل استفاده است و می تواند توسط تمام کادر درمان مورد استفاده قرار گیرد.

این دستورالعمل شامل :

بخش اول: یک چارت را با ۵ مرحله برای استفاده از غربالگری و مدیریت نشان می دهد.

بخش دوم: چارت BMI

بخش سوم : جدول از دست دهی وزن

بخش چهارم: اندازه گیری های جایگزین برای زمانی که توانایی محاسبه ی BMI را از طریق قد و وزن نداشته باشیم.

بخش پنجم: پرسشنامه ی ۵ مرحله ای

بخش اول : ۵ مرحله ی ابزار MUST

مرحله ی یک : اندازه گیری وزن و قد برای بدست آوردن امتیاز BMI از چارت ارائه شده و در صورتی که امکان اندازه گیری قد و وزن نباشد از اندازه گیری های جایگزین که در این دستورالعمل ارائه شده است استفاده می شود.

مرحله ی دوم : محاسبه ی درصد از دست دهی وزن ناخواسته و امتیاز بندی بر اساس جدول ارائه شده

مرحله ی سوم : بررسی اثرات بیماری های حاد و امتیاز بندی

مرحله ی چهارم : جمع بندی امتیاز های مراحل یک ، دو و سه جهت تعیین کلی محدوده ی خطر سوء تغذیه

مرحله ی پنجم : استفاده از دستورالعمل های مدیریتی یا سیاست های لازم برای بهبود برنامه های مراقبتی

بخش دوم : چارت BMI

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

بخش سوم : جدول از دست دهی وزن

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

بخش چهارم: اندازه گیری های جایگزین برای زمانی که توانایی محاسبه ی BMI را از طریق قد و وزن نداشته باشیم.

۲. تخمین قد از طریق اندازه گیری اولنا:

Height (m)	men (<65 years)	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
	men (≥65 years)	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
	Ulna length (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
Height (m)	Women (<65 years)	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
	Women (≥65 years)	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
Height (m)	men (<65 years)	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
	men (≥65 years)	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
	Ulna length (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
Height (m)	Women (<65 years)	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
	Women (≥65 years)	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

۲. تعیین محدوده ی BMI از طریق ^۱MUAC:

اگر $MUAC > ۲۳,۵$ سانتی متر باشد، BMI در محدوده ی $> ۲۰ \text{ Kg/m}^2$ است.

اگر $MUAC < ۳۲$ سانتی متر باشد، BMI در محدوده ی $< ۳۰ \text{ Kg/m}^2$ است.

^۱ Mid upper arm circumference

بخش پنجم : پرسشنامه ی ۵ مرحله ای

مرحله اول
امتیاز BMI

+

مرحله ی دوم
امتیاز درصد از دست دهی وزن

+

مرحله ی سوم
امتیاز اثرات بیماری های حاد

BMI Kg/m²

امتیاز

>۲۰ (> ۳۰ چاق)	=	۰
۱۸٫۵-۲۰	=	۱
<۱۸٫۵	=	۲

از دست دهی ناخواسته ی وزن
د، ط، ۶-۳ ماه گذشته

%	امتیاز
<۵	=۰
۵-۱۰	=۱
>۱۰	=۲

اگر بیمار دارای بیماری حاد و عدم دریافت مواد غذایی بیش از ۵ روز باشد

امتیاز ۲

مرحله ی چهارم

خطر کلی سوء تغذیه

جمع بندی امتیازات جهت محاسبه ی کلی ریسک سوء تغذیه

امتیاز ۰ = خطر پایین سوء تغذیه

امتیاز ۱ = خطر متوسط سوء تغذیه

امتیاز ۲ = خطر بالای سوء تغذیه

مرحله ی پنجم

دستورالعمل مدیریتی

خطر پایین

مراقبت های متداول بالینی

تکرار غربالگری برای :

۱. بیمارستان هفتگی
 ۲. مراقبت های خانگی ماهیانه
 ۳. خدمات اجتماعی سالیانه
- (برای گروه های خاص بطور مثال افراد بالای ۷۵ سال)

خطر متوسط

رعایت کردن

دریافت رژیم برای ۳ روز ثبت شود
اگر دریافت کافی باشد، نگرانی کمی از بابت آن
داریم ولی روند غربالگری باید ادامه داشته
باشد بصورت :

۱. بیمارستان هفتگی
 ۲. مراقبت های خانگی حداقل ماهیانه
 ۳. خدمات اجتماعی حداقل هر ۲-۳ ماه
- اگر دریافت ناکافی باشد، نیاز به مراقبت های
بالینی دارد، تعیین هدف، بهبود و افزایش کلی
دریافت تغذیه ای، پیگیری و تکرار برنامه های
مراقبتی

۲

خطر بالا

درمان

۱. ارجاع به متخصص تغذیه ، تیم حمایت تغذیه ای یا اجرای سیاست های مورد نیاز
 ۲. تعیین هدف، بهبود و افزایش کلی دریافت تغذیه ای
 ۳. پیگیری و تکرار برنامه های مراقبتی:
۱. بیمارستان هفتگی
 ۲. مراقبت های خانگی ماهیانه
 ۳. خدمات اجتماعی ماهیانه

همه موارد خطر :

۱. درمان بصورت اساسی و ارائه و مشاوره در مورد انتخاب مواد غذایی، خوردن غذا و نوشیدن در صورت لزوم
۲. ثبت موارد خطر سوء تغذیه
۳. ثبت نیاز برای رژیم های خاص و پیگیری مراقبت های مورد نیاز

چاقی:

ثبت وجود چاقی، در مواردی که شرایط اساسی اولیه وجود دارد، این موارد قبل از شروع درمان چاقی بصورت کلی کنترل می شوند