

«MUST»

«MUST» — це інструмент скринінгу з п'яти кроків для виявлення **дорослих**, що страждають на мальнотрицію, знаходяться в групі ризику мальнотриції (нутритивної недостатності) або ожиріння. Він також містить рекомендації щодо ведення пацієнта, які можна використовувати для розроблення плану догляду.

Він призначений для використання в лікарнях, закладах амбулаторної та інших видів допомоги, а також може застосовуватися всіма працівниками сфери догляду.

Цей посібник містить:

- Блок-схему, де представлені 5 кроків для скринінгу та ведення пацієнтів
- Схему ІМТ
- Таблиці втрати маси тіла
- Альтернативні способи для випадків, коли ІМТ неможливо визначити шляхом вимірювання маси тіла та зросту.

5 кроків «MUST»

Крок 1

Виміряйте зріст і масу тіла, щоб отримати бал ІМТ (з використанням доданої таблиці). *Якщо виміряти зріст і масу тіла неможливо, використовуйте альтернативні процедури, як наведено в цьому посібнику.*

Крок 2

Вкажіть відсоток незапланованої втрати маси тіла та бал (з використанням доданих таблиць).

Крок 3

Визначте вплив гострого захворювання та відповідний бал.

Крок 4

Просумуйте бали кроків 1, 2 та 3, щоб отримати загальну оцінку ризику мальнотриції.

Крок 5

Використайте рекомендації щодо ведення пацієнта та/або місцеві політики для розроблення плану догляду.

Будь ласка, ознайомтеся із *інформаційною брошурою «MUST»* щодо випадків, коли масу тіла та зріст неможливо виміряти, а також випадків скринінгу груп пацієнтів, де інтерпретація результатів потребує окремої уваги (наприклад, пацієнти з порушеннями обміну речовин, гіпсовими пов'язками, ампутаціями, критичними станами, а також вагітні або жінки, які годують грудьми). Брошуру також можна використовувати як навчальний матеріал. Підтверджувальні докази див. у *звіті «MUST»*. Зверніть увагу, що матеріали «MUST» не можуть використовуватись для виявлення дефіциту або надмірного споживання вітамінів і мінералів і **застосовні лише для дорослих**.

Крок 1 – Бал за ІМТ

Зріст (фути та дюйми)

	4'9½	4'10½	4'11	5'0	5'0½	5'1½	5'2	5'3	5'4	5'4½	5'5½	5'6	5'7	5'7½	5'8½	5'9½	5'10	5'11	5'11½	6'0½	6'1	6'2	6'3	6'3½	6'4½	
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	15 10
99	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	33	32	31	31	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	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	15 6
97	46	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	34	33	32	31	31	30	29	29	28	27	27	26	26	15 4
96	45	44	43	42	41	40	39	38	38	37	36	35	34	33	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	25	25	24	24	23	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	23	23	22	13 3
83	39	38	37	36	35	34	33	32	32	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	25	24	23	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	23	23	22	22	12 13
81	38	37	36	35	34	33	32	32	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	24	24	23	23	22	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	32	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	24	24	23	23	22	22	21	21	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	20	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	20	19	11 5
71	33	32	32	31	30	29	28	28	27	26	26	25	25	24	23	23	22	22	21	21	20	20	20	19	19	11 3
70	33	32	31	30	30	29	28	27	27	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	11 0
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	26	25	24	24	23	22	22	21	21	20	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	29	28	27	26	26	25	25	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	20	20	19	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	18	18	17	17	17	17	9 13
62	29	28	28	27	26	25	25	24	24	23	22	22	21	21	20	20	20	19	19	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	17	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	17	17	17	16	16	16	16	9 4
58	27	26	26	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	18	18	18	18	17	17	16	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	21	21	20	20	19	19	18	18	18	17	17	17	16	16	16	15	15	15	8 9
54	25	25	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	18	18	17	17	17	16	16	16	15	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	15	15	15	14	14	8 5
52	24	24	23	23	22	21	21	20	20	19	19	18	18	17	17	16	16	16	16	15	15	15	14	14	14	8 3
51	24	23	23	22	22	21	21	20	19	19	18	18	17	17	16	16	16	16	15	15	15	14	14	14	14	8 0
50	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	18	18	17	17	16	16	16	15	15	15	14	14	14	14	14	7 12
49	23	22	22	21	21	20	20	19	19	18	18	17	17	16	16	16	15	15	15	14	14	14	14	13	13	7 10
48	23	22	21	21	20	20	19	19	18	18	17	17	16	16	16	15	15	15	14	14	14	14	13	13	13	7 8
47	22	21	21	20	20	19	19	18	18	17	17	16	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	16	16	16	16	15	15	15	14	14	14	14	13	13	13	12	7 3
45	21	21	20	19	19	18	18	18	17	17	16	16	16	16	15	15	15	14	14	14	14	13	13	12	12	7 1
44	21	20	20	19	19	18	18	17	17	16	16	16	15	15	15	14	14	14	14	13	13	12	12	12	12	6 13
43	20	20	19	19	18	18	17	17	16	16	16	15	15	15	14	14	14	13	13	12	12	12	12	12	11	6 11
42	20	19	19	18	18	17	17	16	16	16	15	15	15	14	14	14	13	13	13	12	12	12	12	11	11	6 9
41	19	19	18	18	17	17	16	16	16	15	15	15	14	14	14	13	13	13	12	12	12	12	11	11	11	6 6
40	19	18	18	17	17	16	16	16	15	15	15	14	14	14	13	13	13	13	12	12						

Крок 1

IMT

+

Крок 2

Оцінка втрати маси тіла

+

Крок 3

Оцінка впливу гострого захворювання

IMT кг/м ²	Бал
>20 (>30 — ожиріння)	= 0
18,5 – 20	= 1
<18,5	= 2

Незапланована втрата маси тіла за останні 3–6 місяців	
%	Бал
<5	= 0
5–10	= 1
>10	= 2

Якщо в пацієнта гостре захворювання, і він/вона не отримували/ймовірно не отримували жодних поживних речовин протягом >5 днів
Бал 2

Якщо неможливо визначити зріст і масу тіла, див. на звороті інформацію щодо альтернативних способів вимірювання й використання суб'єктивних критеріїв.

Крок 4

Загальний ризик мальнутриції

Вплив гострого захворювання рідко застосовується поза межами лікарні. Ознайомтеся з інформаційною брошурою «MUST» для отримання детальної інформації

Просумуйте оцінки, щоб розрахувати загальний ризик мальнутриції
Бал 0: Низький ризик; Бал 1: Середній ризик; Бал 2 або більше: Високий ризик

Крок 5

Рекомендації щодо ведення пацієнта

0
Низький ризик
Стандартна клінічна допомога

- Повторний скринінг

Лікарня — щотижнево
Спеціалізовані заклади — щомісяця
Амбулаторно — щорічно для окремих груп
наприклад, для осіб віком >75 років

1
Середній ризик
Спостереження

- Документування раціону протягом 3 днів
- Якщо достатній — клінічні застереження незначні, провести повторний скринінг
 - Лікарня — щотижнево
 - Спеціалізовані заклади — принаймні щомісяця
 - Амбулаторно — принаймні кожні 2–3 місяці
- Якщо недостатній — є клінічні застереження — слід дотримуватися місцевої політики, встановлювати цілі, покращувати/збільшувати загальний обсяг споживання поживних речовин, регулярно контролювати й переглядати план догляду

2 або більше
Високий ризик
Лікування*

- Направте до дієтолога, групи фахівців з питань нутритивної підтримки або дотримуйтеся місцевої політики
- Встановлюйте цілі, покращуйте/збільшуйте загальний обсяг споживання поживних речовин
- Контролюйте й переглядайте план догляду

Лікарня — щотижнево
Спеціалізовані заклади — щомісяця
Амбулаторно — щомісяця

* Якщо не очікується шкоди/користі від нутритивної підтримки, наприклад, у разі неминучої смерті.

Усі групи ризику:

- Лікування основного захворювання та надання допомоги й порад щодо вибору харчових продуктів, прийому їжі та напоїв (за потреби)
- Задokumentуйте категорію ризику мальнутриції.
- Задokumentуйте потребу в спеціальних дієтах і дотримуйтеся місцевої політики.

Ожиріння:

- Зафіксувати наявність ожиріння. Зазвичай, для людей із супутніми захворюваннями контролюється до початку лікування ожиріння.

Повторна оцінка для осіб із груп ризику під час їхнього переведення між спеціалізованими закладами

Крок 2 — Оцінка втрати маси тіла

Бал 0 Втрата маси тіла < 5%	Бал 1 Втрата маси тіла 5–10%	Бал 2 Втрата маси тіла > 10%
--	---	---

Втрата маси тіла за останні 3–6 місяців

Бал 0 Втрата маси тіла < 5%	Бал 1 Втрата маси тіла 5–10%	Бал 2 Втрата маси тіла > 10%
--	---	---

Втрата маси тіла за останні 3–6 місяців

Поточна маса тіла

кг	Менше (кг)	Між (кг)	Більше (кг)
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

кг	Менше (кг)	Між (кг)	Більше (кг)
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

Крок 1: ІМТ (індекс маси тіла)

Якщо зріст неможливо виміряти

- Використовуйте останній задокументований або вказаний пацієнтом зріст (якщо дані надійні й реалістичні).
- Якщо пацієнт не знає/не може повідомити свій зріст, скористайтеся одним з альтернативних способів оцінки зросту (за довжиною ліктьової кістки, висотою коліна або напіврозмахом рук).

Крок 2: Нещодавня незапланована втрата маси тіла

Якщо нещодавню втрату маси тіла неможливо розрахувати, використовуйте дані, повідомлені пацієнтом (якщо надійні й реалістичні).

Суб'єктивні критерії

Якщо дані про зріст, масу тіла або ІМТ неможливо отримати, використовуйте наведені нижче критерії, що можуть допомогти вам належно визначити групу нутритивного ризику пацієнта. Зверніть увагу, що ці критерії використовуються разом, а не як альтернатива крокам 1 та 2 «MUST». Вони не призначені для присвоєння балів. Окружність середньої ділянки плеча (ОСДП) може бути використана для визначення групи ІМТ, щоб підтвердити загальне уявлення про нутритивні ризики пацієнта.

1. ІМТ

- Клінічне враження — худорлявість, прийнятна маса тіла, надмірна маса тіла. Також можна відзначити виснаження (надмірна худорлявість) та ожиріння (явно надмірна маса тіла).

2. Незапланована втрата маси тіла

- Одяг та/або ювелірні вироби вільно висять (втрата маси тіла).
- В анамнезі: зниження споживання й апетиту або проблеми з ковтанням протягом 3–6 місяців, супутні захворювання або психосоціальні/фізичні порушення, що можуть спричинити втрату маси тіла.

3. Вплив гострого захворювання

- Гостре захворювання й неналежний обсяг поживних речовин або ймовірність відсутності споживання протягом більше 5 днів.

Детальну інформацію щодо альтернативних способів вимірювання, особливих обставин і суб'єктивних критеріїв викладено в *інформаційній брошурі «MUST»*. Вона доступна для завантаження на вебсайті www.bapen.org.uk. Також її можна придбати в офісі BAPEN. Усі додаткові дані «MUST» містяться у *звіті «MUST»*, його можна придбати в офісі BAPEN.

Офіс BAPEN, Бізнес-центр Secure Hold, Стадлі роуд, Реддітч, Воркс, B98 7LG (BAPEN Office, Secure Hold Business Centre, Studley Road, Redditch, Worcs, B98 7LG). Тел.: 01527 457 850. Факс: 01527 458 718. bapen@sovereignconference.co.uk BAPEN— благодійна організація, реєстраційний номер 1023927. www.bapen.org.uk

© BAPEN 2003 ISBN 1 899467 90 4 Ціна 2,00 фунти стерлінгів

Усі права захищені. Цей документ дозволено копіювати для розповсюдження і навчання за умови зазначення джерела.

Копію дозволено відтворювати для рекламування й просування. Для відтворення або адаптації матеріалів необхідно отримати письмовий дозвіл від BAPEN. Якщо матеріали будуть використовуватися з комерційною метою, може стягуватися ліцензійний збір.

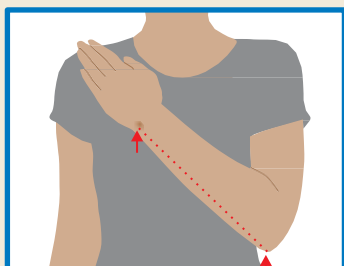


Альтернативні способи вимірювання: інструкції та таблиці

Якщо зріст неможливо отримати, використовуйте довжину передпліччя (ліктьової кістки) для розрахунку за допомогою доданих таблиць.

(Див. інформаційну брошуру «MUST» щодо детальної інформації про інші альтернативні способи вимірювання (висота коліна та піврозмах рук), які також можна використовувати для оцінки зросту).

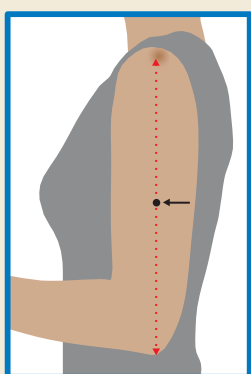
Оцінка зросту за довжиною ліктьової кістки



Виміряйте відстань між точкою ліктьового згину (ліктьовим відростком) і середньою точкою виступаючої кістки зап'ястя (шилоподібного відростка) (з лівого боку, якщо можливо).

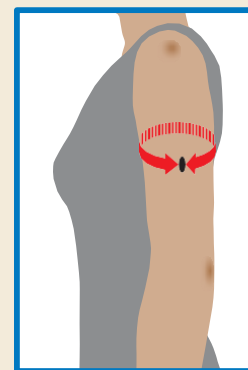
Зріст (м)	чоловіки (<65 років)	1,94	1,93	1,91	1,89	1,87	1,85	1,84	1,82	1,80	1,78	1,76	1,75	1,73	1,71
	чоловіки (≥65 років)	1,87	1,86	1,84	1,82	1,81	1,79	1,78	1,76	1,75	1,73	1,71	1,70	1,68	1,67
	Довжина ліктьової кістки (см)	32,0	31,5	31,0	30,5	30,0	29,5	29,0	28,5	28,0	27,5	27,0	26,5	26,0	25,5
Зріст (м)	Жінки (<65 років)	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
	Жінки (≥65 років)	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
Зріст (м)	чоловіки (<65 років)	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
	чоловіки (≥65 років)	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
	Довжина ліктьової кістки (см)	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
Зріст (м)	Жінки (<65 років)	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
	Жінки (≥65 років)	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

Оцінка групи ІМТ за окружністю середньої ділянки плеча (ОСДП)



Ліва рука пацієнта повинна бути зігнута в лікті під кутом 90 градусів, а плече розташоване паралельно тулубу. Виміряйте відстань між кістковим виступом на плечі (акроміоном) і точкою ліктьового згину (ліктьовим відростком). Позначте середню точку.

Попросіть пацієнта опустити розслаблену руку та виміряйте окружність плеча на середньому рівні. Переконайтеся, що сантиметрова стрічка щільно (але не туго) прилягає.



Якщо ОСДП <23,5 см, ІМТ, ймовірно, <20 кг/м².

Якщо ОСДП >32,0 см, ІМТ, ймовірно, >30 кг/м².

Використання ОСДП дає загальний орієнтир щодо ІМТ і не призначене для отримання конкретного бала для використання в інструменті «MUST». Для отримання детальної інформації щодо використання ОСДП ознайомтеся з інформаційною брошуру «MUST».