



## Determine-Checkliste

Prinzip:

Die 10-Punkte-Checkliste dient der Einschätzung des Malnutrisionsrisikos beim alten Menschen und ist sowohl für die Anwendung in der Praxis als auch durch den Patienten selbst geeignet.

Beurteilung:

0-2 Punkte: Risiko für Malnutrition gering → Wiederholung in 6 Monaten

3-5 Punkte: moderates Risiko → gezielte Intervention notwendig, Kontrolle in 3 Monaten

>6 Punkte: hohes Malnutrisionsrisiko → professionelle Intervention notwendig

<b>Name:</b>	<b>Untersuchungsdatum:</b>
--------------	----------------------------

Frage	Punktezahl
Eine Erkrankung oder ein Symptom führt zu Veränderungen meiner Essgewohnheiten und / oder der Menge an zugeführter Nahrung	2
Ich esse weniger als 2 Mahlzeiten pro Tag	3
Ich esse wenig Obst, Gemüse oder Milchprodukte	2
Ich konsumiere beinahe täglich 3 oder mehr Gläser Bier, Wein oder Schnaps	2
Ich habe Zahn- oder Mundprobleme, die mir das Essen erschweren	2
Ich habe nicht immer genügend Geld, um die benötigten Nahrungsmittel einzukaufen.	4
Ich esse meistens alleine	1
Ich nehme täglich 3 oder mehr vom Arzt verschriebene oder rezeptfreie Medikamente ein	1
Ich habe während der letzten Monate ungewollt 4 – 5 kg zu- oder abgenommen	2
Ich kann aus körperlichen Gründen nicht immer Nahrungsmittel-Einkäufe tätigen, kochen oder die Nahrung selbständig einnehmen	2
<b>Gesamtpunktezahl</b>	

Quelle: Checkliste Ernährung, Paolo M. Suter, 3. Auflage, Thieme Verlag, Stuttgart, 2008 (Determine Checkliste – Determine your nutritional health, the Nutrition Screening Initiative, Washington, 1992, S. 43-44)