

>> Ernährungszustand – Berechnungstabellen Mini Nutritional Assessment MNA™ (modifiziert für Pflegedienst Bauernfeind)

Gewicht in kg: _____ Größe in cm: _____ gemessen an der Wand, im Bett mit Kniehöhe: _____ cm

Körpergröße ausmessen.
Keine geschätzte Größe oder
Angabe der Kunden verwenden!

1. Wahl messen an der Wand:
mit Zollstock

2. Wahl messen im Bett:
Kunde flach hinlegen,
mit den Füßen an das Bettende,
ausmessen mit Zollstock

3. Wahl Kniehöhe messen

Körpergewicht wiegen.
Kein geschätztes Gewicht oder
Angabe der Kunden verwenden!
ggf. mit Rollstuhlwaage

BMI – Tabelle:

in cm	13	13	14	14	15	15	16	16	17	17	18	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24	25	25	26	26	
200	13	13	14	14	15	15	16	16	17	17	18	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24	25	25	26	26	
198	13	13	14	14	15	15	16	16	17	17	18	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24	25	25	26	26	27
196	13	14	14	15	15	16	16	17	17	18	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24	25	26	26	27	27	
194	13	14	14	15	15	16	16	17	18	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24	25	26	26	27	27	28	
192	14	14	15	15	16	16	17	17	18	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24	25	25	26	27	27	28	28
190	14	14	15	16	16	17	17	18	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24	25	25	26	27	27	28	28	29
188	14	15	15	16	16	17	18	18	19	19	20	20	21	22	22	23	23	24	24	25	25	26	27	27	28	28	29	29	30
186	14	15	16	16	17	17	18	18	19	20	20	21	21	22	23	23	24	24	25	25	26	27	27	28	28	29	29	30	30
184	15	15	16	17	17	18	18	19	19	20	21	21	22	22	23	24	24	25	25	26	27	27	28	28	29	30	30	31	31
182	15	16	16	17	18	18	19	19	20	21	21	22	22	23	24	24	25	25	26	27	27	28	28	29	30	30	31	31	31
180	15	16	17	17	18	19	19	20	21	21	22	22	23	23	24	25	25	26	27	27	28	28	29	30	30	31	31	32	32
178	16	16	17	18	18	19	20	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	27	28	28	29	30	30	31	32	32	33	33
176	16	17	17	18	19	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	26	27	28	28	29	30	30	31	32	32	33	34	34
174	17	17	18	18	19	20	20	21	22	22	23	24	24	25	26	26	27	28	28	29	30	30	31	32	32	33	34	34	34
172	17	18	18	19	20	20	21	22	22	23	24	24	25	26	26	27	28	28	29	30	30	31	32	32	33	34	34	35	35
170	17	18	19	19	20	21	21	22	23	24	24	25	26	26	27	28	28	29	30	30	31	32	33	33	34	35	35	36	36
168	18	18	19	20	21	21	22	23	23	24	25	26	26	27	28	28	29	30	30	31	32	33	33	34	35	35	36	37	37
166	18	19	20	20	21	22	22	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	30	31	32	33	33	34	35	36	36	37	38	38
164	19	19	20	21	22	22	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	30	31	32	33	33	34	35	36	36	37	38	39	39
162	19	20	21	21	22	23	24	24	25	26	27	27	28	29	30	30	31	32	33	34	34	35	36	37	37	38	39	40	40
160	20	20	21	22	23	23	24	25	26	27	27	28	29	30	30	31	32	33	34	34	35	36	37	38	38	39	40	41	41
158	20	21	22	22	23	24	25	26	26	27	28	29	30	30	31	32	33	34	34	35	36	37	38	38	39	40	41	42	42
156	21	21	22	23	24	25	25	26	27	28	29	30	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	39	40	41	42	43	43
154	21	22	23	24	24	25	26	27	28	29	30	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	40	41	42	43	44	44
152	22	23	23	24	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42	42	43	44	45	45
kg	50	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88	90	92	94	96	98	100	102	104	

Amputationen: Abzug vom BMI

- Bein: -16%
- Unterschenkel: -5,9%
- Fuß: -1,5%
- Arm: -5,0%
- Unterarm: -2,3%
- Hand: -0,7%

Bestimmung Körpergröße über Kniehöhe:

Geschätzte Körpergröße unter Heranziehung der Hilfsgröße **Kniehöhe** mit der Formel nach Chumlea und Guo 1992:

Kniehöhe wird als Abstand zwischen **Unterseite der Ferse und Oberkante des Knies** bei 90° Flexion in Sprung- und Kniegelenk gemessen. Öffnen Sie zur Berechnung die Tabelle **mit Doppelklick** und tragen Sie das Alter (in vollen Jahren) und die gemessene Kniehöhe (in Zentimetern) in die gelben Eingabefelder ein.

	Faktor	Eingabe Alter in Jahren	Eingabe Kniehöhe in cm	Ergebnis Körpergröße
Männer =>	64,19	75	52	166
Frauen =>	84,88	75	43	161

Formel

Männer: (Faktor 64,19) - (Alter in Jahren x 0,04) + (Kniehöhe in cm x 2,02) = Körpergröße in cm

Frauen: (Faktor 84,88) - (Alter in Jahren x 0,24) + (Kniehöhe in cm x 1,83) = Körpergröße in cm

Freigabe durch	Bearbeiter	Version	Freigabe am	Freigabe bis	Seite
Qualitätsmanagementsystem © Gonda Bauernfeind					

Flüssigkeitsbedarf

kg	ml	kg	ml	kg	ml	kg	ml
35	1725	50	1950	65	2175	80	2400
36	1740	51	1965	66	2190	81	2415
37	1755	52	1980	67	2205	82	2430
38	1770	53	1995	68	2220	83	2445
39	1785	54	2010	69	2235	84	2460
40	1800	55	2025	70	2250	85	2475
41	1815	56	2040	71	2265	86	2490
42	1830	57	2055	72	2280	87	2505
43	1845	58	2070	73	2295	88	2520
44	1860	59	2085	74	2310	89	2535
45	1875	60	2100	75	2325	90	2550
46	1890	61	2115	76	2340	91	2565
47	1905	62	2130	77	2355	92	2580
48	1920	63	2145	78	2370	93	2595
49	1935	64	2160	79	2385	94	2610

Erhöhte Flüssigkeitszufuhr bei Fieber (pro °C ca. 300 ml zusätzlich), Durchfall, Erbrechen, starkem Schwitzen, Blutverlust und Verbrennungen

Niedrigere Flüssigkeitszufuhr bei Herzinsuffizienz, beatmeten Patienten und evtl. bei Niereninsuffizienz

Sondennahrung 500 ml Sondennahrung enthält ca. 400 - 425 ml Wasser

0,33 ml Flüssigkeit pro kcal sind in der Nahrung enthalten (DGE 2000)

zugeführte kcal-Menge _____ kcal x 0,33 ml = _____ Flüssigkeitsanteil in der Nahrung

Gesamtflüssigkeitsbedarf _____ ml

– Flüssigkeitsanteil _____ ml in der oralen Nahrung/Sondennahrung

= Trinkmenge _____ ml

Eiweißbedarf

Normaler Bedarf: 0,8 g/kg Körpergewicht

Erhöhter Bedarf bei: Fieber, geriatrischen und Tumorpatienten 1 – 1,2 g/kg KG

Bei Dekubitus: (je nach Schweregrad) 1,2 – 1,5 g/kg KG

Formel: Eiweißbedarf = _____ g x _____ kg Körpergewicht = _____ g/Tag

Freigabe durch	Bearbeiter	Version	Freigabe am	Freigabe bis	Seite
Qualitätsmanagementsystem © Gonda Bauernfeind					

Grundumsatz

Frauen								Männer							
kg	kcal	kg	kcal	kg	kcal	kg	kcal	kg	kcal	kg	kcal	kg	kcal	kg	kcal
35	973	50	1108	65	1243	80	1378	35	999	50	1175	65	1351	80	1527
36	982	51	1117	66	1252	81	1387	36	1010	51	1186	66	1362	81	1538
37	991	52	1126	67	1261	82	1396	37	1022	52	1198	67	1374	82	1550
38	1000	53	1135	68	1270	83	1405	38	1034	53	1210	68	1386	83	1562
39	1009	54	1144	69	1279	84	1414	39	1046	54	1222	69	1398	84	1574
40	1018	55	1153	70	1288	85	1423	40	1057	55	1233	70	1409	85	1585
41	1027	56	1162	71	1297	86	1432	41	1069	56	1245	71	1421	86	1597
42	1036	57	1171	72	1306	87	1441	42	1081	57	1257	72	1433	87	1609
43	1045	58	1180	73	1315	88	1450	43	1093	58	1269	73	1445	88	1621
44	1054	59	1189	74	1324	89	1459	44	1104	59	1280	74	1456	89	1632
45	1063	60	1198	75	1333	90	1468	45	1116	60	1292	75	1468	90	1644
46	1072	61	1207	76	1342	91	1477	46	1128	61	1304	76	1480	91	1656
47	1081	62	1216	77	1351	92	1486	47	1139	62	1316	77	1492	92	1668
48	1090	63	1225	78	1360	93	1495	48	1151	63	1327	78	1503	93	1679
49	1099	64	1234	79	1369	94	1504	49	1163	64	1339	79	1515	94	1691

Kalorienbedarf

Grundumsatz multiplizieren mit Aktivitätsfaktor:

Immobilie Senioren = x 1,2 = _____

Leichte Betätigung = x 1,5 = _____

Mittlere Betätigung = x 1,75 = _____

Schwere Betätigung = x 2,0 = _____