

团 体 标 准

T/LXLY xxx—2020

老年人营养不良快速筛查及评估指南

The guideline of quick screening and evaluation of malnutrition for elderly people

(征求意见稿)

XXXX - XX - XX 发布

XXXX - XX - XX 实施

中国老年学和老年医学学会 发布

前 言

本标准按照GB/T 1.1 给出的规则起草。

本标准由中国老年学和老年医学学会提出并归口。

本标准负责起草单位：中国老年学和老年医学学会营养食品分会。

本标准参与单位：北京市营养源研究所、江苏省老年学会老年营养专业委员会、北京老年医院、中粮营养健康研究院有限公司、雅培营养中国研发中心、中国海油能源发展股份有限公司配餐服务公司、中国工程科技知识中心营养健康分中心、老年营养食品研究北京市工程实验室、燕达金色年华健康养护中心、北京丰台区康助养护院、北京寸草春晖养老院、首厚康健（北京）养老有限公司、国寿（天津）养老养生投资有限公司。

本标准主要起草人：付萍、荫士安、何梅、王晓芳、莫宝庆、陈伟、吕万勇、赵显峰、赵抒娜、孟庆佳、杨宏、倪广华、张燕、曾珊、张进平、吴骐华、周素娟、王小龙、张春芳、周昊、骆殿雷。

老年人营养不良快速筛查及评估指南

1 范围

本标准规定老年人进行营养不良快速筛查及评估的人员及工具、内容、测量方法、评估内容及结果判定。

本标准适用于对60岁及以上老年人进行营养不良快速筛查及评估。

2 规范性引用文件

下列文件对于本文件的应用是必不可少的。凡是注日期的引用文件，仅所注日期的版本适用于本文件。凡是不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

WS/T 552-2017 老年营养不良风险评估；

WS/T 424-2013 人群健康监测人体测量方法。

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

营养不良 Malnutrition

由能量、蛋白质及其他营养素摄入不足\过剩造成的组织、形体和功能改变及相应的临床表现。

[WS/T 552-2017，定义2.1]

3.2

人体测量 Anthropometry

对人体相关部位长度、宽度、厚度和围度的测量。[引用WS/T 424-2013 第3.1]

3.3

六米步行时长 Time needed for walking six meters

步行通过六米距离所需要的时间，计量单位：秒，精确到小数后两位。

3.4

握力 Gripping strength

用手抓握物体产生的最大力量，可用握力计进行测量，计量单位：千克（kg）。

3.5

摄食能力 The eating capability

咀嚼和吞咽固体和液体食物的能力。

4 筛查和评估

4.1 筛查和评估人员

筛查和评估人员应具有初中及以上文化程度，能够独立阅读使用本指南并会使用相关测量工具。

4.2 筛查和评估内容

4.2.1 老年人营养不良风险的快速筛查

使用附录A 老年人营养不良风险快速筛查表，筛查并评价老年人营养不良的风险等级。

4.2.2 老年人营养不良的评估

使用附录B 老年人营养不良评估表，通过人体测量、摄食能力和力量评估等指标，对老年人营养不良进行评估，并确定营养不良等级。

5 测量方法

5.1 人体测量

在评估老年人营养不良时，按规定应对身高、体重、小腿围、握力、6米步行时长等项目进行测量，通常使用的测量工具及精度要求列入表5.1中。

表5.1 人体测量工具及精度要求

| 测量项目 | 测量工具 | 计量单位 | 精度要求 |
|--------|-------|------|------|
| 身高 | 身高计 | 厘米 | 0.1 |
| 体重 | 体重计 | 公斤 | 0.1 |
| 握力 | 电子握力计 | 公斤 | 0.1 |
| 小腿围 | 软尺 | 厘米 | 0.1 |
| 六米步行时长 | 秒表计时器 | 秒 | 0.01 |

5.2 身高的测量

按照 WS/T 424-2013 第 4.2 测量身高。

5.3 体重的测量

按照 WS/T 424-2013 第 3.4 测量人体总重量（裸重）。

5.4 体质指数（BMI）

按照 WS/T 552-2017 第 2.3 计算公式 BMI（BMI=体重 kg/身高 M²）。

5.5 小腿围的测量

被测者取坐位或卧位，小腿与膝关节、踝关节呈90度直角，用软尺水平地绕过健侧小腿部最突出部位测得的最大围长。

5.6 握力的测量

用功能侧手，持经校准的电子握力计，上臂紧贴体侧，前臂屈曲与上臂呈90度角，掌心向内，用力握手柄测量握力。放松后读取读数并记录，连续测量两次，取平均值。

5.7 六米步行时长的测量

在平整无障碍的地面量取6米距离，做好标记作为测量场地。用秒表记录被测量者通过两个端点所耗费的时间（秒），也可计算其平均速度（米/秒）。

6 评估结果的判定

6.1 筛查结果判定

基于营养不良风险快速筛查（附录A），可进行如下判定：

- a) 营养不良快速筛查表总分为0-2分提示无明显营养不良风险；
- b) 筛查总分3分及以上提示有不同程度的营养不良风险，应进行营养不良等级评估（附录B）。

6.2 评估结果的判定

基于营养不良评估表（附录B），可进行如下判定：

- a) 若评估分0~2分，提示当前无明显营养不良，建议定期再次评估；
- b) 若评估分3~5分，提示可能存在轻度营养不良，建议去医院就诊；
- c) 若评估分6及以上分，提示存在中、重度营养不良，建议及时就医并由专业人员进行营养干预。

附录 A.

(规范性附录)

老年人营养不良风险快速筛查表

老年人营养不良风险快速筛查表见表 A. 1。

表 A. 1 老年人营养不良风险快速筛查表

| 筛查项目 | | |
|---|------------------------------|------------|
| | 下列问题是否符合您现在的实际情况 | 营养不良风险评分 |
| | | “是”在相应分值画圈 |
| 1 | 难以自己去购买、烹调及（或）自己进食食物 | 3 |
| 2 | 每天必须服用 3 种以上的治疗药 | 2 |
| 3 | 因为生病或身体不适而影响了进食的种类和数量 | 2 |
| 4 | 经常一个人吃饭 | 2 |
| 5 | 因为牙齿或口腔问题导致进食困难 | 2 |
| 6 | 经济状况导致无法得到必需的食物 | 2 |
| 7 | 在过去 6 个月内非自主体重下降/增加 4.5 千克以上 | 3 |
| 8 | 每天进餐次数少于两餐 | 2 |
| 9 | 不常吃蔬菜、水果和乳制品 | 2 |
| 10 | 几乎每天都摄入 ≥ 25 克酒精* | 1 |
| 最高分 21 分，得分 | | |
| 筛查结果判断：最高分 21 分。0~2 分，无营养不良风险，定期再次筛查；3~5 分：轻度营养不良风险，继续完成评估；6 分及以上：有中及以上营养不良风险，继续完成评估。 | | |

*25 克酒精大约相当于啤酒 750ml/或葡萄酒 250ml/或 38 度白酒 75ml/或 56 度白酒 50ml。

附录B.

(规范性附录)

老年人营养不良评估表

老年人营养不良评估表见表B.1。

表B.1 老年人营养不良评估表

| 人体测量（无法准确获得身高和体重时，选择测量小腿围） | | |
|--|------------------------|---|
| 身高（米） | | |
| 体重（千克） | | |
| BMI（千克/米 ² ） | 20~26.9 | 0 |
| | ≥27.0 | 3 |
| | <20 | 5 |
| 小腿围（厘米） | ≥31 | 0 |
| | <31 | 5 |
| 最高分 5 分，人体测量得分 | | |
| 摄食能力评估（单选） | | |
| 按真实情况选择能进食的食物类型和性状，在对应的分值画圈 | 能吃普食，且食物量无明显减少。 | 0 |
| | 只能吃软食、糊状食物或流质。 | 2 |
| | 任何原因导致食物量减少 30%及以上。 | 5 |
| 最高分 5 分，摄食能力得分 | | |
| 力量评估（完全失能失智无法完成测量者，该项直接记录为 3 分） | | |
| 握力（千克） | 男性≥26，女性≥18 | 0 |
| | 男性<26，女性<18 | 1 |
| 步行通过六米距离的时间〔（秒）或速度（米/秒）〕 | ≤ 6.0 秒（或≤1.0）米/秒 | 0 |
| | 6~7.5 秒（或 1.0~0.8 米/秒） | 1 |
| | >7.5 秒（或>0.8 米/秒） | 2 |
| 最高分 3 分，力量评估得分 | | |
| 评估总分 | | |
| 评估：最高分 13 分；≥10 分：严重营养不良；6~9 分：中等以上营养不良；3~5 分：轻度营养不良；<3 无营养不良。 | | |

参考文献:

- [1] 《养老机构服务安全基本规范》.GB 38600-2019 [S].北京: 中国标准出版社, 2019.
- [2] 《养老机构服务基本规范》. GB/T 35796-2012 [S]. 中国标准出版社, 2012.
- [3] 国务院办公厅关于推进养老服务发展的意见. 国发办[2019].5号. 2019年3月29日
- [4] 徐凌杰, 程雯, 赵柯巷等. 肌肉减少症筛查方法研究进展. 现代临床医学 2015.4(41): 2.
- [5] 王如蜜. 《成人吞咽障碍临床吞咽评估指导手册》[M], 北京科学技术出版社. 2018
- [6] GLIM Criteria for the Diagnosis of Malnutrition: A Consensus Report From the Global Clinical Nutrition Community, JPEN, 2019