

# أداة فحص سوء التغذية<sup>1</sup>

العربية | ARABIC

## النتيجة 0-1

نتيجتك تظهر أن خطر سوء التغذية لديك منخفض.

إذا بدأت في خسارة الوزن أو تأكل كميات أقل من المعتاد، من الممكن أن تصبح معرض لخطر سوء التغذية. إذا حدث هذا الأمر معك، يجب أن تخبر طبيبك أو الممرضة.

## النتيجة 2

نتيجتك تظهر أنك قد تكون معرض لخطر سوء التغذية.

تحتاج إلى التحدث مع طبيبك أو الممرضة حول وزنك وأكلك حيث أنك قد تحتاج لزيارة اختصاصي تغذية والذي يسمى اختصاصي نظم التغذية.

## النتيجة 3-5

نتيجتك تظهر أنك مصاب بسوء التغذية.

تحتاج لزيارة اختصاصي تغذية والذي يسمى اختصاصي نظم التغذية. تستطيع أن تطلب من طبيبك أو الممرضة لكي يقوموا بإحالتك إلى اختصاصي نظم التغذية.

إن هذه أدوات فحص سوء التغذية تساعدنا على معرفة المزيد عن وزنك والطعام الذي تتناوله. يمكن أن يسبب سوء التغذية إلى فقدانك للعضلات و أن تحتاج إلى فترة أطول للشفاء. إن أجوبتك على الأسئلة في هذا الفحص سوف تقدم لنا معلومات حول كيفية مساعدتك على تقليل خطر سوء التغذية. الرجاء اختيار الأجوبة التي تنطبق عليك.

<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 2	لا غير متأكد نعم إذا كان جوابك نعم، كم خسرت من الوزن؟ 1 - 5 كيلوغرام 2 - 10 كيلوغرام 3 - 11 كيلوغرام 4 - أكثر من 15 كيلوغرام 2 - أنا خسرت وزنا لكنني غير متأكد من الكمية	<b>السؤال رقم 1</b> خلال فترة الأشهر الستة الأخيرة ، هل خسرت وزنا دون أن تحاول القيام بذلك؟
<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1	لا نعم	<b>السؤال رقم 2</b> هل أصبحت تأكل كمية من الطعام أقل من المعتاد لأنك لم تكن تشعر بالجوع؟
<b>النتيجة النهائية =</b>		<b>قم بإضافة نتيجتك من السؤال 1 والسؤال 2.</b>

# Malnutrition Screening Tool<sup>1</sup> (MST)

## ENGLISH

This is a Malnutrition Screening Tool which helps us to know more about your weight and the food you eat. Malnutrition can cause you to lose muscle and take longer to recover.

Your answers to the questions in the tool will tell us how we can help you to reduce your risk of malnutrition. Please choose the answers that apply to you.

<p><b>Question 1.</b> Within the last 6 months, have you lost weight without trying?</p>	<p style="text-align: right;"><b>No</b> 0 <input type="checkbox"/></p> <p style="text-align: right;"><b>Not sure</b> 2 <input type="checkbox"/></p> <p style="text-align: right;"><b>Yes:</b></p> <p><i>If yes, how much weight have you lost?</i></p> <p style="padding-left: 20px;">1 to 5kgs 1 <input type="checkbox"/></p> <p style="padding-left: 20px;">6 to 10kgs 2 <input type="checkbox"/></p> <p style="padding-left: 20px;">11 to 15kgs 3 <input type="checkbox"/></p> <p style="padding-left: 20px;">More than 15kgs 4 <input type="checkbox"/></p> <p style="padding-left: 20px;">I have lost weight but not sure how much 2 <input type="checkbox"/></p>
<p><b>Question 2.</b> Have you been eating less food than usual because you have not been hungry?</p>	<p style="text-align: right;"><b>No</b> 0 <input type="checkbox"/></p> <p style="text-align: right;"><b>Yes</b> 1 <input type="checkbox"/></p>
<p><b>Add your score from question 1 and question 2</b></p>	<p style="text-align: right;"><b>TOTAL MST score=</b></p>

### MST score 0-1

**Your score shows you are at low risk of malnutrition.**

If you do start to lose weight or eat less than usual you might become at risk of malnutrition. If this happens make sure you tell your doctor or nurse

### MST score 2

**Your score shows you might be at risk of malnutrition.**

You need to talk to your doctor or nurse about your weight and eating as you might need to see a nutrition specialist, called a dietitian.

### MST score 3-5

**Your score shows you are at risk of malnutrition.**

You need to see a nutrition specialist, called a dietitian. You can ask your doctor or nurse to refer you to a dietitian.