

## Công Cụ Đánh Giá Mức Suy Dinh Dưỡng<sup>1</sup>

### TIẾNG VIỆT | VIETNAMESE

Đây là một Công Cụ Đánh Giá Mức Suy Dinh Dưỡng nhằm giúp chúng tôi biết thêm về cân nặng của quý vị và thực phẩm quý vị ăn. Suy dinh dưỡng có thể khiến quý vị mất cơ bắp và mất nhiều thời gian hơn để phục hồi.

Câu trả lời của quý vị cho những câu hỏi trong công cụ sẽ cho chúng tôi biết làm thế nào chúng tôi có thể giúp quý vị giảm nguy cơ bị suy dinh dưỡng. Vui lòng chọn câu trả lời thích hợp với quý vị.

<b>Câu hỏi 1.</b> Trong vòng 6 tháng qua, quý vị đã sút giảm cân mà không cần cố gắng?	<b>Không</b> <b>Không chắc chắn</b> <b>Có:</b> <i>Nếu có, thì quý vị đã giảm bao nhiêu cân?</i> 1- 5kg 6- 10kg 11- 15kg Hơn 15kg Tôi có giảm cân nhưng không chắc bao nhiêu	0 2  1 2 3 4 2	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Câu hỏi 2.</b> Quý vị đang ăn ít hơn bình thường bởi vì quý vị chưa đói bụng?	<b>Không</b> <b>Có</b>	0 1	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Cộng điểm ở câu hỏi số 1 và số 2.</b>	<b>Tổng cộng điểm =</b>		

#### Điểm 0-1

**Điểm số của quý vị cho thấy quý vị có nguy cơ bị suy dinh dưỡng thấp.**

Nếu quý vị bắt đầu giảm cân hoặc ăn ít hơn bình thường, thì quý vị có thể có nguy cơ bị suy dinh dưỡng. Nếu điều này xảy ra, hãy chắc chắn rằng quý vị cho bác sĩ hoặc y tá của mình biết.

#### Điểm 2

**Điểm số của quý vị cho thấy quý vị có thể có nguy cơ bị suy dinh dưỡng.**

Quý vị cần nói chuyện với bác sĩ hoặc y tá về cân nặng và việc ăn uống của mình vì quý vị có thể cần gặp một người chuyên về dinh dưỡng, được gọi là chuyên gia dinh dưỡng.

#### Điểm 3-5

**Điểm số của quý vị cho thấy quý vị có nguy cơ bị suy dinh dưỡng.**

Quý vị cần gặp một người chuyên về dinh dưỡng, được gọi là chuyên gia dinh dưỡng. Quý vị có thể yêu cầu bác sĩ hoặc y tá của mình giới thiệu đến gặp một chuyên gia dinh dưỡng.

# 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>1 to 5kgs 1 <input type="checkbox"/></p> <p>6 to 10kgs 2 <input type="checkbox"/></p> <p>11 to 15kgs 3 <input type="checkbox"/></p> <p>More than 15kgs 4 <input type="checkbox"/></p> <p>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.