



**II. Faza: GLIM TOČKOVNIK (kriteriji za potrditev diagnoze podhranjenosti)**

**a) FENOTIPSKI KRITERIJ**

- |  |    |    |
|--|----|----|
| 1. IZGUBA TELESNE MASE (%)   | DA | NE |
| a. 5-10% v zadnjih 6 mesecih ali 10-20% v obdobju daljšem od 6 mesecev |    |    |
| 2. NIZEK INDEKS TELESNE MASE (ITM)                                     | DA | NE |
| a. <20, če <70 let ali <22, če >70 let                                 |    |    |
| 3. ZNIŽAN DELEŽ PUSTE MASE (BIA -FFMI)                                 | DA | NE |
| a. <15 kg/m <sup>2</sup> za Ž; <17 kg/m <sup>2</sup> za M              |    |    |

**b) ETIOLOŠKI KRITERIJ**

- |  |    |    |
|--|----|----|
| 1. ZMANJŠAN VNOS HRANE<br>< 50% energijskih potreb > teden ALI<br>zmanjšan vnos hrane > 2 tedna ALI<br>kronična GI malabsorpcija | DA | NE |
| 2. VNETJE / BOLEZEN<br>Akutno vnetje/poškodba ALI<br>Kronična vnetna bolezen   | DA | NE |

**KRITERIJI ZA PODHRANJENOST:**

1 FENOTIPSKI + 1 ETIOLOŠKI KRITERIJ

Če izpolnjuje kriterija



DOLOČIMO **STOPNJO PODHRANJENOSTI** NA PODLAGI FENOTIPSKIH KRITERIJEV

	IZGUBA TELESNE MASE (%)	NIZEK ITM	ZNIŽAN DELEŽ PUSTE MASE
<b>STOPNJA 1 (ZMERNNA PODHRANJENOST)</b> – zahteva 1 kriterij iz te stopnje	5 – 10% v zadnjih 6 mes ALI 10-20% v obdobju daljšem od 6 mesecev	< 20 pri < 70 let ALI <22 pri > 70 let	Blaga do zmerna BIA
<b>STOPNJA 2 (HUDA PODHRANJENOST)</b> – zahteva 1 kriterij iz te stopnje	10% v zadnjih 6 mesecih ALI >20% v obdobju daljšem od 6 mesecev	< 18,5 pri < 70 let ALI < 20 pri > 70 let	Hud deficit BIA

IZPOLNIL: \_\_\_\_\_ PODPIS: \_\_\_\_\_ DATUM: \_\_\_\_\_

### III. Faza: POSTAVITEV DIAGNOZE SARKOPENIJA

#### 1. PACIENT IZPOLNI VPRAŠALNIK SARC-F

Komponenta	Vprašanje	Točkovanje	Število točk
Moč	Koliko napora vam predstavlja dvigovanje in nošenje 5 kg?	Nič = 0 Nekaj = 1 Veliko ali ne zmorem = 2	
Asistenca pri hoji	Koliko napora vam predstavlja hoja do drugega konca sobe?	Nič = 0 Nekaj = 1 Veliko ali ne zmorem = 2	
Vstajanje s stola	Koliko napora vam predstavlja vstajanje s stola ali postelje?	Nič = 0 Nekaj = 1 Veliko ali ne zmorem = 2	
Vzpenjanje po stopnicah	Koliko napora vam predstavlja hoja navzgor za 10 stopnic?	Nič = 0 Nekaj = 1 Veliko ali ne zmorem = 2	
Padci	Kolikokrat ste padli v zadnjem letu?	Nič = 0 1 - 3 padci = 1 4 ali več = 2	

Sum na sarkopenijo pri vsoti točk, ki je enaka ali več kot 4.

#### 2. POTRJEN SUM NA SARKOPENIJO:

##### A. DOLOČI MIŠIČNO MOČ: \_\_\_\_\_

- MOČ STISKA ROKE: < 27 kg za M, < 16 za Ž **ALI**
- TEST VSTAJANJA S STOLA: > 15 s za 5 dvigov



**SARKOPENIJA VERJETNA**

##### B. DOLOČI MIŠIČNO MASO: \_\_\_\_\_

- FAZNI KOT < 4 st z BIA **ALI**
- FFMI (kg/m<sup>2</sup>) BIA < 17 za M, < 15 za Ž
- OBSEG GOLENI: < 33 za M, < 34 za Ž



**DIAGNOZA SARKOPENIJE**

##### C. NIZKA TELESNA ZMOGLJIVOST: \_\_\_\_\_

- TEST HOJE (400m) > 6 minut ali ne dokonča



**DIAGNOZA HUDE SARKOPENIJE**

**KRITERIJI ZA SARKOPENIJO IZPOLNjeni:** **DA** – nadaljuj na IV. Fazo **NE** – zaenkrat obravnava zaključena

IZPOLNIL: \_\_\_\_\_ PODPIS: \_\_\_\_\_ DATUM: \_\_\_\_\_

**IV. Faza: PREDPIS OPD**

**1. Ali ima pacient narejene laboratorijske preiskave:**

Hemogram: \_\_\_\_\_

CRP: \_\_\_\_\_

Ledvični retenti: \_\_\_\_\_

Jetrni testi: \_\_\_\_\_

TSH: \_\_\_\_\_

**2. Ali ima pacient pridružene kronične bolezni:**

KOPB

Sladkorna bolezen

Kronična ledvična bolezen: pred dializo                      na dializi

Bolezen jeter

Karcinom

**UGOTOVITVE IN PRIPOROČILA:**

- Pacient potrebuje spremljanje v ADM/ZVC čez \_\_\_\_\_ mesecev
- Pacient potrebuje prehransko svetovanje – napotitev v ZVC
- Pacient potrebuje predpis oralnih prehranskih dodatkov in sicer priporočamo dodatek \_\_\_\_\_ v količini \_\_\_\_\_ na dan za dobo \_\_\_\_\_ mesecev.
- Svetujemo kontrolni pregled: \_\_\_\_\_

Obravnavo pregledal:

IME IN PRIIMEK	DATUM	PODPIS