

談老年人營養不良

廖碧媚、李世代*

摘要

營養不良的老人極為多數，值得大眾關注。老年人營養不足的影響因素包括口腔健康狀況改變、慢性病況、服用多種藥物、活動功能狀態、情緒與心智功能因素。文中介紹老年人適用之營養評估方法有體重、身體質量指數與小腿圍等人體學測量指標。實驗室檢查為血色素、血清白蛋白、膽固醇與血清運鐵蛋白。Mini Nutritional Assessment 量表是廣為使用的老人營養評估工具。專業護理人員應早期發現老年人的營養不良狀態，才能及早提供營養照護。

關鍵詞：營養不良、營養評估、老人。