

營養師的養成與職場舞台

授課教師：莊淑如營養師

2015/10/16

課程大綱

我的營養師生涯
(學經歷)

如何成為一位營養師
(學業養成與人格特質)

營養師的職業舞台
(工作內容、收入、職業發展)

我的營養師生涯(學經歷)

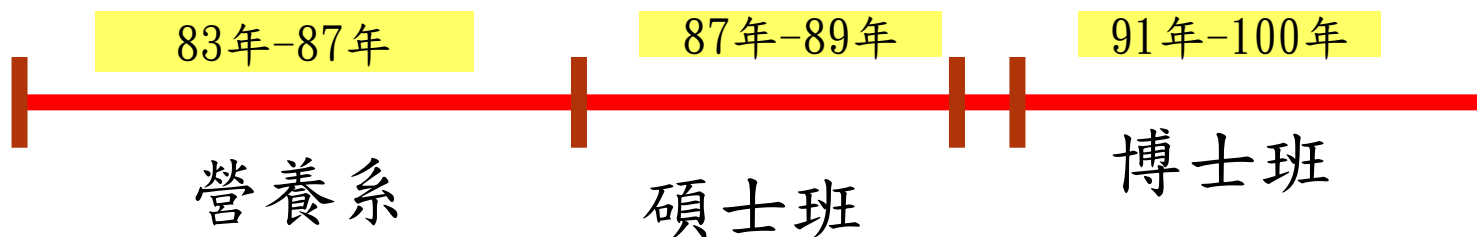
背著書包上學去.....



❖ 學經歷介紹



中山醫學大學



單位	職稱	起訖年月
中山醫學大學附設醫院	營養科主任	98/8-102/10
營養科	營養師/實習指導教師	89/7-104/8
中山醫學大學營養系	兼任講師	91/2-迄今
中台醫護技術學院	兼任講師	90/8-95/1
臺中市營養師公會	理事	102/8/31-迄今

臨床營養師人力配置比例

醫療機構設置標準

醫院病床分類如下：

- 一、一般病床：包括急性一般病床、精神急性一般病床、慢性一般病床、精神慢性一般病床。
- 二、特殊病床：包括加護病床、精神科加護病床、燒傷加護病床、燒傷病床、亞急性呼吸照護病床、慢性呼吸照護病床、隔離病床、骨髓移植病床、安寧病床、嬰兒病床、嬰兒床、血液透析床、腹膜透析床、手術恢復床、急診觀察床、性侵害犯罪加害人強制治療病床。

1. 急性一般病床：每一〇〇床應有一人以上。
2. 加護病房、燒傷加護病房：每三十床應有一人以上。
3. 亞急性呼吸照護病房、慢性呼吸照護病房、燒傷病房：每一〇〇床應有一人以上。
4. 提供住院病人膳食者，應有專責營養師負責。

- 提供住院病人膳食者，應有專責營養師負責：非外加人力。
- 急性一般病床10床(10/100)、慢性呼吸照護病房20床(20/100)之醫院，營養師人力為0.3，四捨五入後，需有營養師配置否？
→ 不須配置

中山醫大附醫總床數:1130床

- 病人營養照護
- 營養會診、門診
- 社區衛教
- 病友會

臨床組(12名)



- 飲食設計
- 衛生安全管理
- 庫房管理

膳管組(14名)



臨床營養師是在做
什麼呢？

醫院哪些地方需要
營養師是呢？

加護/一般病房



需具備的能力與知識……

營養評估

疾病與膳食療養

疾病縮寫與基本英文

醫療團隊的用語

臨床教學/病友會







需具備的能力與知識……

語言/肢體語言

活潑/帶動氣氛

活動設計

海報製作

門診衛教/教學



圖二、食物模型



圖四、衛教海報-主食類級水果類份量介紹



圖五、衛教海報-低血糖症狀

需具備的能力與知識……

語言/肢體語言

親和力

同理心/察言觀色

心理諮商技巧

研究/在職進修



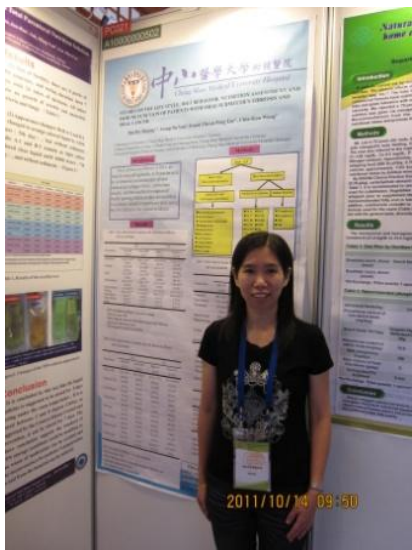
糖尿病衛教師

腎臟專科營養師

腫瘤專科營養師

長照中心營養師

體重管理師





住院/
衛教/
膳食



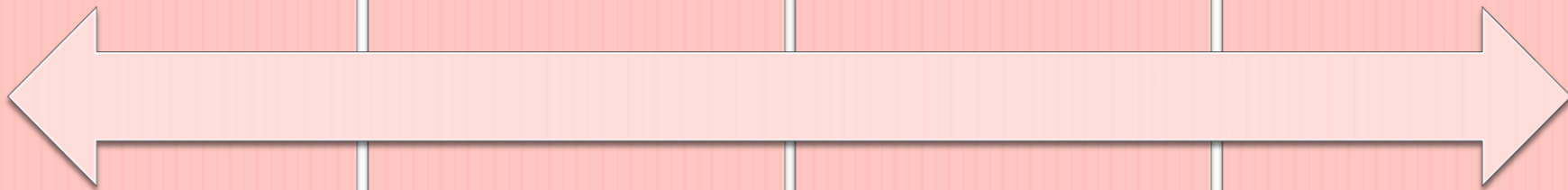
門診/
衛教



社區/
病友會



教學/
研究





團膳營養師是
在做什麼呢？

月子餐



治療餐



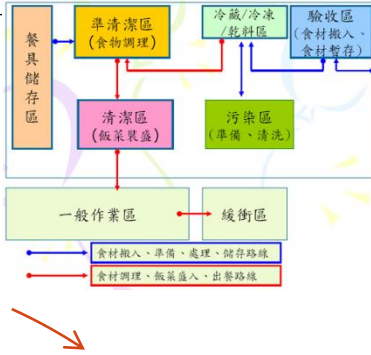


中山醫學大學附設醫院
院內感染調查報告表
(Nosocomial Infection / Environment culture)
採集日期: 100.11.11
報告日期: 100.11.17

送檢單位: 餐廳	品名	RESULT	SFC	評估
3054	食品-1	No significant bacteria was isolated.	15 CFU/g	合格
3059	食品-2	No bacteria was isolated.	0 CFU/g	合格
3200	食品-3	No significant bacteria was isolated.	33 CFU/g	合格
3201	食品-4	No bacteria was isolated.	0 CFU/g	合格
3202	食品-5	No bacteria was isolated.	0 CFU/g	合格

菜單設計

人員/設備管理



採購/驗收

在職教育

15天循環菜單
四季菜單
-中山附設醫院營養科關心您-

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
午餐 800大卡	白飯 炒鴨蛋 三色蛋蝦仁 蔥油豆腐 鮮魷魚絲	白飯 鴨蛋炒 炒水三鮮 海苔肉鬆	白飯 五香 紅燒豆腐 炒香豆漿 滷汁炒麵	白飯 滷肉 日式嫩嫩麵 當歸香牛肉湯	白飯 麻油雞 紅燒豆腐 當歸香牛肉湯	白飯 不選糖炒麵 鮮魷魚絲 炒空心菜 香煎排骨	白飯 鮮魷魚絲 炒小白菜 海苔肉鬆
晚餐 700大卡	白飯 三杯雞丁 香滑炒麵 清蒸魚 炒豆苗 五香	白飯 照燒雞排 麻婆豆腐 五香排骨 炒大肉絲 炒豆苗 五香	白飯 滷肉 鮮魷魚絲 五香排骨 炒小白菜 炒大肉絲 五香	白飯 香香雞丁肉 紅燒豆腐 當歸香牛肉湯 炒空心菜 鮮魷魚絲 當歸香牛肉湯	白飯 麻油雞丁 五香排骨 紅燒豆腐 當歸香牛肉湯 炒空心菜 鮮魷魚絲 當歸香牛肉湯	白飯 鮮魷魚絲 炒大肉絲 炒豆苗 五香	白飯 鮮魷魚絲 炒大肉絲 炒豆苗 五香
晚餐 700大卡	白飯 香滑炒麵 清蒸魚 炒豆苗 五香	白飯 照燒雞排 麻婆豆腐 五香排骨 炒大肉絲 炒豆苗 五香	白飯 滷肉 鮮魷魚絲 五香排骨 炒小白菜 炒大肉絲 五香	白飯 香香雞丁肉 紅燒豆腐 當歸香牛肉湯 炒空心菜 鮮魷魚絲 當歸香牛肉湯	白飯 麻油雞丁 五香排骨 紅燒豆腐 當歸香牛肉湯 炒空心菜 鮮魷魚絲 當歸香牛肉湯	白飯 鮮魷魚絲 炒大肉絲 炒豆苗 五香	白飯 鮮魷魚絲 炒大肉絲 炒豆苗 五香
晚餐 700大卡	白飯 香滑炒麵 清蒸魚 炒豆苗 五香	白飯 照燒雞排 麻婆豆腐 五香排骨 炒大肉絲 炒豆苗 五香	白飯 滷肉 鮮魷魚絲 五香排骨 炒小白菜 炒大肉絲 五香	白飯 香香雞丁肉 紅燒豆腐 當歸香牛肉湯 炒空心菜 鮮魷魚絲 當歸香牛肉湯	白飯 麻油雞丁 五香排骨 紅燒豆腐 當歸香牛肉湯 炒空心菜 鮮魷魚絲 當歸香牛肉湯	白飯 鮮魷魚絲 炒大肉絲 炒豆苗 五香	白飯 鮮魷魚絲 炒大肉絲 炒豆苗 五香

庫存管理

品質監測

食品衛生管理



膳管組

❖ 中山醫大附醫膳管組編制

營養師(2名)

• 菜單設計/供膳衛生管理/廚務人員教育訓練與管理/營養委員會

膳食管理員(4名)

• 食材盤點驗收/庫房管理/滿意度調查/協助出餐

廚務人員(8名)

• 食材前處理/膳食烹調/送餐/環境清潔

❖ 供膳食數

盒餐	250-300人次/餐
特殊灌食	150-180人次
102年餐盒訂餐人數約有90035人日數， 搭伙率約35% (不含特殊灌食)	



尚未選取住院患者，您可以由右側快速查詢欄中輸入病歷號直接查詢。

完成 停伙 作廢

離開

伙食清單 **伙食訂餐**

病患資料

伙食單號： _____ 病歷號碼： _____ 診斷： _____ 身份： _____

訂餐資料

開始日期： / / 結束日期： / / 用餐人： 訂餐狀態： _____ 洗腎患者

訂餐別

早餐 午餐 晚餐

飲食種類

- 普通
- 流質飲食
- 糖尿病
- 管灌
- 低油
- 月子餐
- 低鹽
- 洗腎飲食
- 低普林
- 胃切飲食
- 限蛋白
- 糖尿病腎病變
- 高蛋白
- 單點主食
- 寶寶餐

主食

- 無
- 稀飯
- 軟飯
- 乾飯

質地

- 無
- 軟質
- 剉碎
- 適中

忌食

- 海鮮
- 豬肉
- 鴨肉
- 魚肉
- 雞肉

特殊照會

- 葷食
- 全素
- 早素
- 蛋奶素
- 初一、十五素
- 早素與初一、十五素

其他

- 低油
- 低鹽
- 低渣
- 低普林

低蛋白

- 40 45 50 60

流質飲食

- 全流 半流 米湯

胃切飲食

- PG1 PG2 PG3
- PG4 PG5

糖尿病飲食

- 1200大卡 2000大卡
- 1500大卡 2200大卡
- 1800大卡 2400大卡

灌食鹽量

- 3 gm 6 gm 9 gm

灌食種類

- 1.一般灌食(2500卡以下)
- 2.一般灌食(2500卡以上)
- 3.營養配方(2500卡以下)
- 4.營養配方(2500卡以上)
- 5.元素飲食(1000卡以下)
- 6.元素飲食(1001~2000卡)
- 7.元素飲食(2001卡以上)
- 8.免疫調節(1000卡以下)
- 9.免疫調節(1001~2000卡)
- 10.免疫調節(2001卡以上)

備註

伙食備註： (限50字內)

前次備註 |

❖ 供膳種類

<p>病患治療飲食</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 質地: 普通、軟質、剉碎、全流、半流 ➤ 治療飲食: 糖尿病、糖尿病腎病變、低油、低鹽、低普林、低蛋白、高蛋白、洗腎 ➤ 特殊需求: 月子養生、素食
<p>員工餐</p>	<p>高階主管/主管會議餐、行政/科室會議餐、除夕/春節特餐</p>
<p>健康促進活動</p>	<p>高級健檢餐、減重特餐、行動健康廚房、員工健康廚房</p>
<p>營養成分分析</p>	<p>熱量、三大營養素成分分析</p>



消防編組及 緊急應變演練

消防編組

- 滅火班(按壓警鈴、使用滅火器、室內消防栓進行滅火)
- 通報班(通報總機、消防隊、病房廣播)
- 避難引導班(持手電筒,指揮人員撤離及管制人員進入火場)
- 安全防護班(關電源、啟動強制排煙系統)
- 救護班(撤離傷患)



❖ 針對團膳滿意度不佳部分進行對策改善

99年

1. 提升餐點溫度滿意度
2. 改善湯品味道



1. 餐車溫度低於50°C由11%降為6%
2. 病患對湯品調味負面意見從7%降至3%

100年

1. 堅果五穀入菜
2. 提升供膳認知



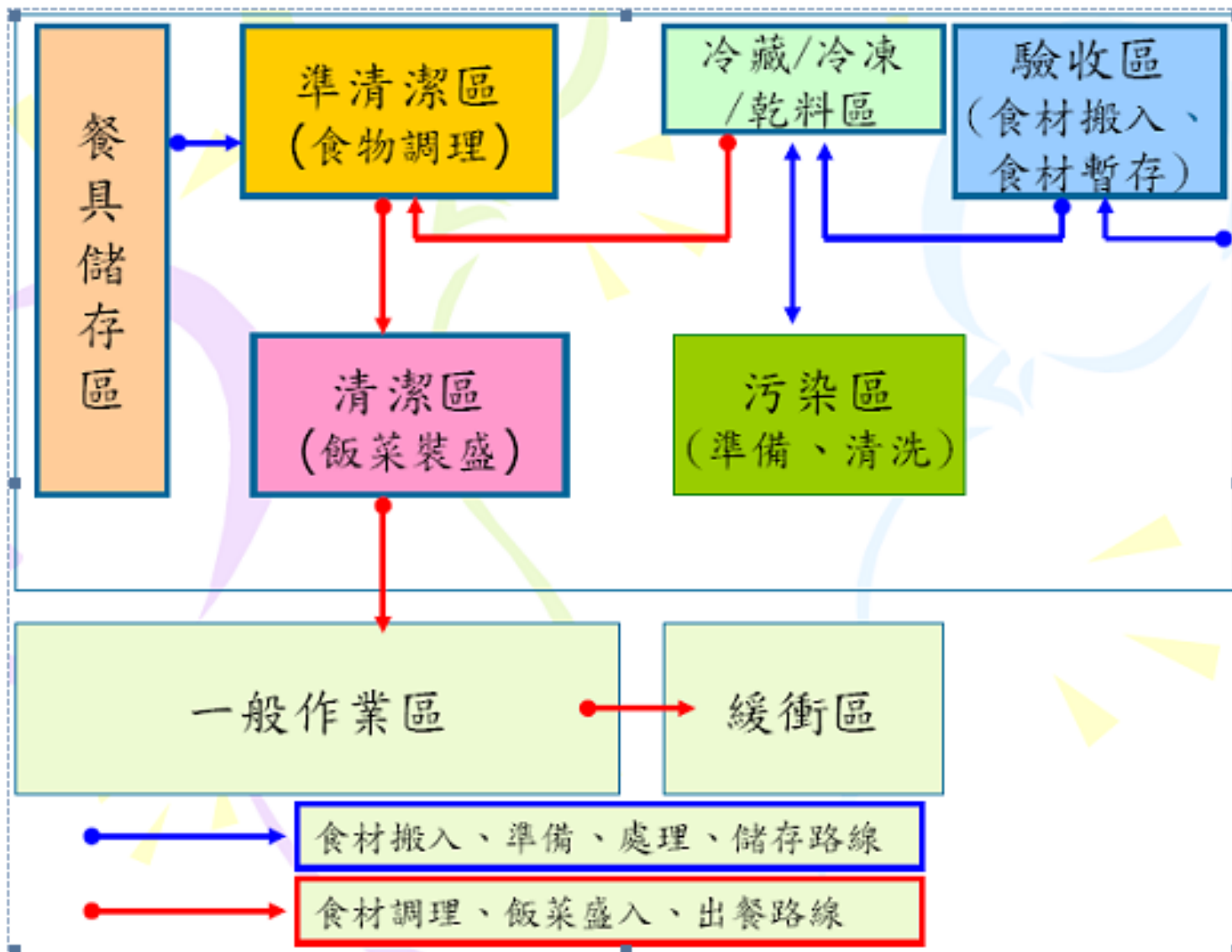
1. 整體供餐滿意度由90%提升至95%
2. 增加供膳認知達98%

101年

1. 湯品品質不穩
2. 改善訂餐系統



1. 湯品滿意度由80%提升至90%
2. 訂餐錯誤率由45%下降至25%





圖一、烘乾餐具櫥櫃



圖二、一般作業區(食材前處理)



圖三、一般作業區(食材、廚具清洗)



圖四、準清潔區(烹調區)



圖一、團體膳食管理營養師監督膳食安全與衛生



圖五、火災演習-使用滅火器滅火(滅火班)



圖六、火災演習-通報 39595 啟動紅色訊號(通報班)



圖七、火災演習-按壓消防警鈴(通報班)



圖八、火災演習-勞安室檢討

需具備的能力與知識……

食品衛生與安全

成本計算

人員/設備管理

資訊管理



營養師很難考嗎？

如何才具有報考營養師資格？

類別	高等、普通考試法規
日期	102/11/20
法規名稱	專門職業及技術人員高等考試營養師考試規則

第五條

中華民國國民具有下列資格之一者，得應本考試：

一、公立或立案之私立專科以上學校或符合教育部採認規定之國外專科以上學校營養、保健營養、保健營養技術、醫學營養、營養科學、食品營養與保健生技、食品暨保健營養學系、營養學系臨床營養組、人類發展與家庭學系營養科學與教育組、食品營養科、系或食品營養系營養組畢業，並經實習期滿成績及格，領有畢業證書。

二、公立或立案之私立專科以上學校或符合教育部採認規定之國外專科以上學校相當科、系、組畢業，領有畢業證書，曾修習（人體）生理學、營養學及實驗、生物化學、膳食療養及實驗、生命期營養、膳食計畫（膳食設計）及實驗、大量食物製備（團體膳食管理或餐飲管理或膳食設計與管理技術）及實驗、公共衛生營養（社區營養）、臨床營養、營養評估、應用病理（臨床病理或病理學）、營養生化（營養化學）、食品衛生與安全等學科至少七科，合計二十學分以上，每學科至多採計三學分，並經與前款相同之實習期滿成績及格，有證明文件。

類別	高等、普通考試法規
日期	102/11/20
法規名稱	專門職業及技術人員高等考試營養師考試規則

第 六 條 本考試應試科目：

- 一、生理學與生物化學。
- 二、營養學。
- 三、膳食療養學。
- 四、團體膳食設計與管理。
- 五、公共衛生營養學。
- 六、食品衛生與安全。

前項應試科目之試題題型，均採申論式與測驗式之混合式試題。

第 十一 條 本考試及格方式，以應試科目總成績滿六十分及格。
前項應試科目總成績之計算，以各科目成績平均計算之。
本考試應試科目有一科成績為零分或膳食療養學成績未滿五十分者，均不予及格。缺考之科目，以零分計算。

一、實習學分/時數及學習活動

實習項目	學分數/時數	學習活動
基礎	一學分 (六十四小時)	見習營養師
膳食管理	二學分 (一百二十八小時)	膳食製備與供應、人事管理、行政管理 行政管理
臨床營養	三學分 (一百九十二小時)	營養評估及諮詢、飲食計劃、營養教育與規劃
社區營養	一學分 (六十四小時)	營養規劃、營養評估及諮詢、營養教育、 社區營養服務、營養教育、社區營養服務

醫院實習總時數
384小時

一百零四學年度及之後應屆畢業者適用

基礎
(72hr)

膳食管理
(144hr)

臨床營養
(216hr)

社區
(72hr)

醫院實習總時數432小時

二、實習場所的條件

(一) **醫院**：能提供三種以上營養圖書期刊之醫學中心，或區域教學醫院，或地區以上醫院（應經評鑑合格）。聘有餐飲技術士二名以上，及具教學資歷之專職營養師一名以上。

(二) **學校**：每餐供餐五百人以上，每週供餐四天以上之辦理團體膳食的各級學校。聘有餐飲技術士一名以上，及具教學資歷之專職營養師一名以上。

(三) **工廠**：每餐供餐二千人以上，每週供餐五天以上之餐盒廠家或中央餐廚，且經CAS/GMP 優良食品標誌認證，或取得衛生主管機構 HACCP 制度認可，或衛生優良審查通過。聘有餐飲技術士三名以上，及具教學資歷之專職營養師一名以上。

(四) **機關團體**：辦理社區營養方案之衛生局（所），或公私立社區營養服務機構。聘有具教學資歷之專職營養師一名以上。

三、實習應在領有執業執照之營養師指導下進行。擔任指導實習之營養師，大學畢業者應具執業年資二年以上；專科或相關學系畢業者應具執業年資四年以上。其與實習生之比（即師生比）應為一：五。

營養師 - 及格率統計

年度		報名人數	到考人數	及格人數	及格率
104	2月	1,102人	765人	110人	14.38%
103	7月	1,832人	1,514人	272人	17.97%
	2月	1,161人	818人	44人	5.38%
102	7月	1,852人	1,536人	332人	21.61%
	2月	1,122人	838人	112人	13.37%



哪裡是營養師
的舞台？

醫療機構營養師

學校營養師

團體膳食營養師

藥妝店營養師

塑身中心營養師

營養品公司營養師

公衛營養師

食品生技公司營養師

研發單位營養師

營養諮詢公司

月子中心營養師

健康雜誌專欄

收入多少不代表成就高低
你的態度決定你的高度

工作將伴隨著你20年以上，選擇一份
有興趣、有挑戰、可自我成長的工作
才是最重要的

需要的不多，想要的太多
依你的能力過屬於你的生活

營養師就是……
做自己及家人的健康管理師

