

成为加拿大「注册营养师」三部曲

怎样成为注册营养师？注册营养师究竟做些什么？每当人们问起我的职业，注册营养师的称号似乎非常的陌生。人们常常认为营养师是简称。可事实是「注册营养师」这个称谓受法律保护，而任何人却都可以称自己为「营养师」。

文：蒋娜 注册营养师 审稿：姚婉芬 注册营养师

在加拿大，必须通过三方面学习、训练、考试，才能够成为一名“注册营养师”。

第一步：文化教育

在卑诗省，卑诗大学 (University of British Columbia) 是唯一的大学提供食品与营养专业课程，每年培训三十名学生。大学本科主修课程包括生物、化学、生理学、食品科学，临床营养治疗学，饮食治疗学，人类营养学，营养与疾病学，社会营养学等。

第二步：临床实习训练

第一年的临床实习。跟随各个领域的注册营养师，在实践中学习并运用食品营养理论知识。

第三步：注册考试

在完成了临床实习之后，注册考试就是“注册营养师”的最后一道门槛。

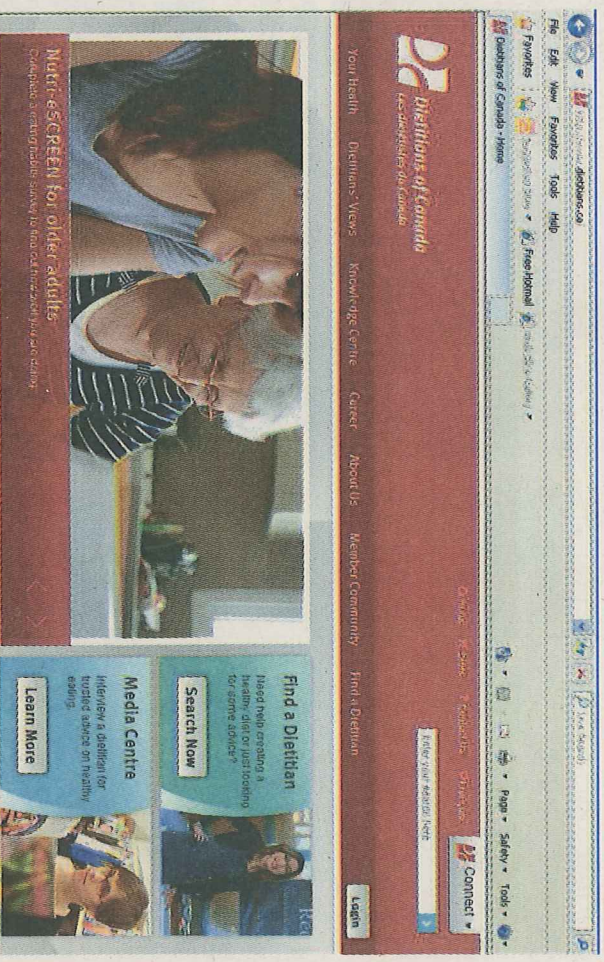
当我们完成了这三部曲之后，就获得



要成为加拿大注册营养师，必须过三关。

了与当地营养师管理局注册的资格 (卑诗省是: College of Dietitians of British Columbia)。注册名单每年都会更新。

如果想知道自己的营养师是否注册，可以在网查询，所有注册营养师的名单都会在当地营养师管理局的网站 <http://www.collegeofdietitiansbc.org/> 上公布。注册之后也并不是一劳永逸的，所有



寻找适合自己的注册营养师，可以登入加拿大营养师协会的网站。

的注册营养师必须经常去进修以获取最新营养知识并满足行业标准。而且每年都需要经过审核之后才有资格继续与当地营养师管理局注册。

注册营养师的工作种类

注册营养师的工作主要有：

1. 临床营养师 (Clinical Dietitian) 临床营养师通常在医院里工作。主要职责是为住院和门诊病人提供各方面的营养治疗与咨询，包括：肠外营养、肠内营养、吞咽困难、肝病、肾病、糖尿病、高血压、癌症、中风、肥胖症、营养缺乏症、饮食失调，以及手术前后等。
2. 社区营养师 (Community Dietitian)

社区营养师主要在社区健康中心工作，服务于当地社区范围内的老年群体，学校，媒体，报刊等。向市民提供营养治疗，食物与营养咨询，举办普及讲座、展览、发表刊物，接受媒体专访，推广营养健康讯息，以促进人们的整体健康，预防疾病。

3. 膳食管理营养师 (Food Service Dietitian)

膳食管理营养师通常在大型膳食机构工作，负责统筹和管理饮食服务的运营与运营，包括：学生午餐、医院养老院病人膳食、航空膳食等。

4. 私人执业营养师 (Private Practice Dietitian)

私人执业营养师一般有私人诊所或私



蒋娜来自中国上海，在卑诗省学习生活了十年有余。毕业于卑诗大学，主修营养学，她在卫生部卫生局完成了营养师的实习之后，在温哥华沿岸卫生局任临床营养师。自2009年起在华人健康协会任糖尿病普通话讲师。

业余时间积极从事大众营养宣传普及活动，受邀于加拿大糖尿病协会、本地多家媒体，以及加拿大中国信使布道会讲解健康营养知识。同时也设计个性化的饮食计划来帮助管理体重，预防和控制慢性疾病。

www.libranutrition.com (正在翻新，请用以上电邮联系)

营养师介绍

姚婉芬是注册营养师，毕业于卑诗大学，主修食品及营养学，并在温哥华沿岸卫生局完成营养师实习。她多次荣获大学的奖学金及加拿大营养师协会颁发的杰出营养师实习生奖，表扬她在学术和专业才干。姚婉芬可以设计个人的饮食计划，能帮助大众预防和控制慢性疾病。



Libranutrition101@gmail.com

人顾问公司，主要提供各方面的营养与疾病的治疗和预防，食物与营养咨询。他们能提供一对一或团体咨询、出诊，也能设计个性化的饮食计划并推荐健康菜肴来帮助人们达到健康目标。同时，他们也经常受邀出席各种健康讲座。除了这些，注册营养师也活跃在科研、教育和营养政策领域。

何时需要咨询注册营养师？

1. 慢性疾病 (例如：高血压、高血糖、高胆固醇、高尿酸、肾病、癌症、心血管疾病等)
 2. 胃肠手术之后 (因为营养的消化吸收受到了影响)
 3. 怀孕/哺乳期 (为确保母婴的健康)
 4. 儿童生长发育的营养需要
 5. 老年人 (随着年龄的增长，消化吸收能力都有所下降)
 6. 减重 (减重时，人们都过于追求体重的变化而常常忽略了身体正常的营养需求)
 7. 增重
 8. 运动员 (为满足运动员营养需求)
 9. 素食者
- 其实，我们每个人都能受益于注册营养师的咨询。那怎么才能找到自己身边的注册营养师呢？可以在加拿大营养师协会的网 站 <http://www.dietitians.ca/Find-a-Dietitian.aspx> 查找。祝愿所有的人在新的 一年里，更健康，活得更精彩。