

Den Menschen mit richtiger

Ernährung, Kommunikation und mit Menschen arbeiten – das macht das Studium der Diätologie aus. Zwei Absolventinnen der FH St. Pölten erzählen von ihren Erfahrungen und ihrem Werdegang.



Sophie Schenk absolvierte 2021 den Bachelorstudiengang Diätologie an der FH St. Pölten und arbeitet seitdem als freiberufliche Diätologin sowie in Teilzeit in einem Reha-zentrum. Fotos: Sophie Schenk

Von Sophie Kronberger

„Nach der Matura im Jahr 2017 wusste ich zunächst nicht, was ich später machen möchte, nur eines: Ich möchte Menschen helfen“, erzählt Sophie Schenk. Die gebürtige Wienerin, die in Wiener Neudorf aufgewachsen ist, besuchte daher die „BeSt“-Messe, um sich inspirieren zu lassen: „Hier bin ich auf das Studium der Diätologie gestoßen und war sofort begeistert.“ Nach ihrem Freiwilligen Sozialen Jahr im Pflege- und Betreuungszentrum Vösendorf machte Schenk dann den Aufnahmetest an der FH St. Pölten und konnte einen der 30 Studienplätze ergattern.

Die Mischung aus Kommunikation und Ernährung sprach sie besonders an. „Ich habe immer schon gerne gekocht und gebacken, daher hat das Studium super gepasst“, erklärt sie.

Ernährung als Teil der medizinischen Therapie

Diätologen und Diätologinnen sind zuständig für alle Fragen rund um die Ernährung. Sie gehen individuell auf den Menschen ein und helfen etwa bei Stoffwechselerkrankungen, Krebserkrankungen, Herz-Kreislauferkrankungen oder Lebensmittelunverträglichkeiten.

Mit dem Abschluss des Studiums an der FH St. Pölten erwirbt man nicht nur einen Bachelor of Science als Titel, sondern auch die Berufsbefähigung zum Diätologen. Berufsmöglichkeiten gibt es viele, etwa in Krankenhäusern, Reha-zentren, in Pflegeeinrichtungen oder als freiberuflicher Diätologe, in der Lebensmittel- oder Pharmaindustrie oder in der Lehre und Forschung.

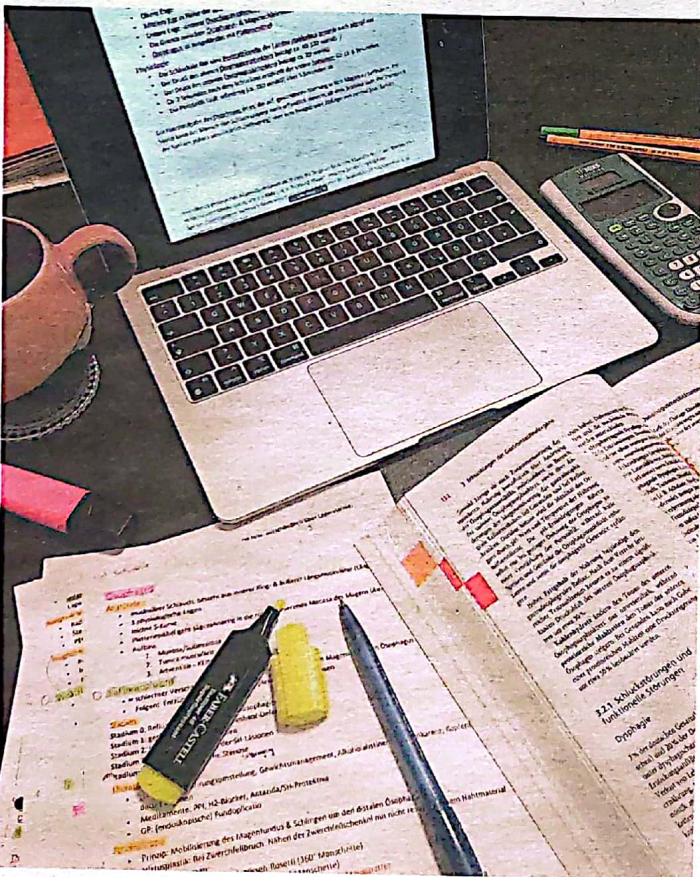
Ein Viertel des Studiums ist

der praktischen Ausbildung gewidmet. Mehrere Praktika, die zwischen einer und zwölf Wochen dauern, müssen absolviert werden. „Die Praktika waren für mich das eindeutige Highlight des Studiums“, erzählt Schenk. So konnte sie unterschiedliche Einblicke in die verschiedensten Möglichkeiten bekommen, welche man mit einem Diätologie-Abschluss machen kann. Sophie Schenk arbeitete unter anderem im Landeskrankenhaus Mödling, im Reha-zentrum Baden und im AKH Wien.

Zahlreiche Einblicke in das Berufsleben

Schenks absolutes Lieblingspraktikum fand aber bei Melissa Millonig statt, ebenfalls Absolventin des Studiums Diätologie an der FH St. Pölten. Die in Niederösterreich lebende Kärntnerin ist sowohl freiberuflich als Diätologin tätig als auch Teilzeit-Angestellte. Millonig hat einen Bachelor in Ernährungswissenschaften der Universität Wien und hängt anschließend den akademischen Lehrgang Diätologie an der FH St. Pölten dran, der sich dezidiert an Ernährungswissenschaftler wendet. Durch den Abschluss des einjährigen Lehrgangs bekam sie sowohl den Bachelortitel als auch die Berufsbefähigung verliehen und ist damit befugt, Menschen mit Krankheiten ernährungstechnisch zu begleiten. Seit ihrem Abschluss 2016 arbeitet sie freiberuflich mit einer Kollegin im „Team Besser Essen“ und angestellt im Reha-bilitationszentrum Raxblick.

Bei beiden Tätigkeiten durfte Sophie Schenk sie im Zuge des Praktikums begleiten. „Es war großartig, ich konnte einerseits das klinische Setting im Reha-



Ein Einblick in Sophie Schenks Studienalltag. Neben den vielen praktischen Erfahrungen hieß es auch, sich mit der Theorie und den medizinischen Grundlagen auseinanderzusetzen.

Ernährung helfen

Zentrum erleben und dann wieder, wie der Alltag in der Freiberuflichkeit aussieht.“ Sie half Millionig dabei, Schulworkshops und Vorträge vorzubereiten und begleitete sie zu Beratungsgesprächen mit Patienten.

Sowohl Sophie Schenk als auch Melissa Millionig sind neben den vielen praktischen Erfahrungen die Beratungen in Erinnerung geblieben. „Das Erlernen von Beratungstechniken war ein sehr spannender Prozess“, erzählt Millionig. „Dazu wurde ein Schauspieler an die FH eingeladen, der einen Patienten spielte und wir Studierenden konnten mit ihm Beratungen üben und haben sofort Feedback bekommen.“

Eine gute Mischung aus Theorie und Praxis mache das Studium aus, sagt Sophie Schenk, die ihr Studium 2021 abgeschlossen

hat. Seitdem arbeitet sie als freiberufliche Diätologin sowie auch im Neurologischem Rehabilitationszentrum Rosenhügel in Wien – also angestellt und freiberuflich so wie ihre ehemalige Arbeitgeberin und Vorbild Melissa Millionig.

Im Rehaszentrum Rosenhügel hilft Schenk Menschen mit neurologischen Erkrankungen wie etwa Multiple Sklerose oder Morbus Parkinson beim Wiedererlangen ihres Wohlbefindens – durch die Ernährung.

„Das Schöne an der Diätologie ist, dass es nicht immer nur um Essen und Trinken geht, es geht um viel mehr. Es geht um den ganzen Lebensstil des Menschen, das Umfeld, die Hobbys, eben das ganze Leben. Man kann so viel bewirken“, sagt Sophie Schenk über ihren Traumjob.

Melissa Millionig bietet im „Team Besser Essen“ mit ihrer ehemaligen Studienkollegin Bettina Böhm Ernährungsberatung und Workshops an.

Foto: Fotostudio Picture People



Um Patientinnen und Patienten richtig zu behandeln, lernen angehende Diätologen und Diätologinnen an der FH St. Pölten den Umgang mit Geräten wie für die Messung der individuellen Körperzusammensetzung. Muskel-, Fett- und Wasseranteil werden gemessen und auf dieser Basis in Folge Ernährungspläne erarbeitet.

Foto: Peter Rauchecker