



保健營養學系

執筆／陳惠君



課程安排

系上必修科目多，對同學是不輕的負擔，但一位打算申請國外大學研究所，繼續深造，而目前任職於系辦助教的學長（姊），認為這些科目對申請進國外大學就讀，有很大的幫助，甚至連美國柏克萊大學申請入學所需的科目，對系上畢業的學長（姊）而言，綽綽有餘，在申請表格上能交出一份滿目琳琅滿目的修業科目，可望輕鬆通過此道關卡。可見系主任當初安排課程時，已參照國外大學的修業課程，予以斟酌。如此的安排，讓畢業的學長（姊）有更多選擇的機會，出路更廣。

系上課程安排原則上採：多向發展，以期培育相關行業，研究工作的優秀人才。台北醫學院保健營養系既設立於醫學院內，偏重基礎醫學，臨床生化、應用病理、膳食療養，但系上也不乏餐管方面的課程。主任常勉勵系上同學多培養學術研究的風氣，例如：營養科學，若真的不符自己當初的理想，不妨多注意系上選修的管理學，經濟學課程，會讓你大開眼界，另有斬獲。「進可攻，退可守」，可為系上課程安排的精神所在，也唯有不斷充實自己，激發潛能，才能無往不利。系上在食品加工方面課程安排較其他學校的食品相關科系似乎弱了許多，但只要同學肯學，有興趣，還是可以多請教系辦老師相關問題。若同學對醫院營養師工作及系上安排的相關課程實在不感興趣，還是得對這張文憑有個交代，基本的觀念要有，給自己留條後路，將來或許用得上它呢。

目前國泰醫院已清一色由北醫包辦其營養部門。醫院營養師可分兩組：膳管組和臨床組。畢業學長（姊）多往臨床營養師發展，至於膳管組，則乏人問津，乃因其地位的確比不上臨床營養師，無怪乎臨床組頗佔上風。何況將來國內醫院招考營養師時，也會依此方式分組，成立專科營養師勢在必行。這些在國外早已施行多年。

有些科目的老師，其教學效率較不理想，可能會影響某些同學的學習情緒。又如一些共通科目，如：有機、生化，都是對同學很重要的科目，一旦提不起同學的學習興致，可能影響學校整體的課程，而差強人意，被其他學校迎頭趕上，對師長、同學而言，都不是光榮的事。

建議一些共通科目，如國父思想，若安排在第一年級，可望出席率會升高，不必讓老師感受到稀稀落落的上課氣氛。而一些對臨床有幫助的科目，如



訪系主任

為何目前的課程是如此安排？

「保健營養」從字面上看來，可有兩種意義。一為雙管齊下的保健組和營養組，故系上除了一系列的營養學等專業科目外，還有成人保健學、婦幼保健學、公共衛生學等相關課程。二為注重保健的營養，故系上安排一系列的營養學相關科目，如：營養學導論、營養學、疾病營養學、生命期營養、營養化學、社區營養學、食品加工與營養、營養狀況之評估等必修課程；而選修科目有：素食營養、營養學特論等。

營養和化學有關：故安排了普通化學、定性及定量分析化學、有機化學、生物化學。

台北醫學院保健營養系主要乃培育醫院營養師，故安排了：普通生物學、大體解剖學、組織學、生物統計學、生理學、應用病理學、臨床生化學、微生物及免疫學等。

營養脫離不了食品，為了加強本系學生對食品的認識，安排了：食物學原理、食品科技概論、食品化學、膳食設計與管理、食品衛生與安全。

為了擴展本系學生的出路，除了本系專業科目外，選修課程包括：企業管理學、行銷管理學、經濟學、餐飲管理等，讓有志從商的同學，能一展長才，發展抱負。

安排上遭遇那些困難？

應用藥理，可儘早修習，免得因時間太短，而修得有些倉促。

系上專業科目建議學弟（妹）儘量在七十五分以上，對將來申請學校，有很大助益。

上疾病營養的簡汝芸老師，其上課內容豐富，講義資料齊全，新穎，對臨床上的實習，有很大幫助。

優點

1. 專題討論的課程開的很不錯，提供學生練習的機會，對畢業的學生，尤其走研究路線者，受益不淺，張仙平老師更是一位少見的好老師。



目前台灣地窄人稠，各行各業幾乎均成飽和狀態，即使醫院的營養師名額也不例外。教育部批准增班之申請，固然國家社會迫切需要醫院營養師及營養方面之專才，但目前北醫的硬體設備，如營養實驗室，及相關科目實驗，跟不上人數激增的速率，系辦排課上較為緊張；同時學生的活動空間不夠充裕，學習效率難免大打折扣，同學不免怨聲四起。

再者是師資方面的困擾。本系專業科目均由系辦老師擔任，若同學對老師的教學法有任何意見，系主任可綜合同學意見，向該科老師建議改善教學方式，系主任絕對有權力來決定專業科目教師之聘任或解聘，維持一定的教學水準。但對於院內專任教師，即使同學強烈抗議其教學方式，院方對該位教師也無可奈何，更遑論系主任了，最後吃虧的還是同學，對這種情況，同學只好自求多福了。期望北醫人報能匯集院內同學意見，確實反映民意，協助同學能獲得更有效率、更精彩的聽課經驗，以提昇學習效果及北醫水準。否則一味地寄望「處變不驚」、「屹立不搖」的院內專任教師改善其教學方式，那一天似乎是遙遙無期矣！北醫人報絕對有其影響力，報導焦點可落實在同學福利上，強化教師

2. 有些課程的老師，本身具有豐富的經驗、講課內容生動活潑，且可舉出實際例子，對往後工作非常有用，例如：陳文光老師、曾鴻基老師、江晃榮老師。
3. 系上有些課程的教授相當不錯，上課的筆記能夠讓我們畢業以後，再當做參考的資料，（鼓勵一下），譬如營養學（劉珍芳老師、葉松鈴老師，不要忘了老板「拍一下馬屁」）。
4. 社區營養的期中報告，要學生自己設計一個個案，及進行調查、整理結果，使學生了解一個企畫的進行所可能遭遇的問題。
5. 營養生理生化請來陽明醫學院生化學科的衆教授來上課，各位教授分別上自己內行的部分，上起



和同學的關係，不一定得發高射砲，攻擊院內董事會，揭學校瘡疤。

所抱持的理想？

北醫保健營養學系於民國六十八年八月設立，為國內大學及醫學院首創之一新興學系，與目前理工學院的營養相關科系的發展重心不同。本系設立動機與宗旨乃在：國民營養之平衡乃為一國國力之指標，同時也是一國文化之準繩，而「飲食生活」之合理與否，關係著全民健康。因一個人營養好，不但不易得病，即使得了病也會迅速復原。故今日吾人保健之重點，不是靠醫藥的維持或事後的治療，而是事前的預防，個人的營養合理化。故本系之設立，旨在傳授人類營養及飲食方面之知識，以培育營養指導與推廣，團體膳食營養管理及營養研究等之專業人員，以便將來從事營養保健，促進全民健康的工作。

師資：於本系專門科學方面，除聘請在營養學界頗富盛名，且具領導地位之師長外，更聘請歸國學人為本系之專任客座教師。又在共同學科及基礎醫學方面，配合學校行政，爭取最佳師資在本系任教。

實習：本系為使學生學以致用，使理論與實際相印證。於三年級下學期至下列各處作暑期實習工作。如：馬偕醫院、長庚醫院、三軍總醫院、榮民總醫院、國泰醫院、北醫附設醫院等各大醫院，及預防醫學研究所、省婦幼衛生研究所、台北市衛生局、經濟部商品檢驗局、衛生署藥物食品檢驗局、食品衛生處等各相關檢驗及研究機關，以及國內各大食品工廠及餐飲公司等，如麥當勞、農特利等速食中心。

來十分過癮，但也因此發現，本校與他校的差別。

- 6.餐飲業務組織與管理除了課堂上的安排外，還能安排實地的參觀與見習，使我們能將理論與事實合而為一讓我們有更踏實的經驗和收穫。對往後畢業就業的選擇增加了一分實力。

建議

- 1.要有英文聽力訓練。
- 2.可與餐廳合作，提供實習機會。（一週可提供一天以便修大量製備的同學操作）。
- 3.有些課程必須有經驗的老師來教，譬如：餐飲設

學生活動：本系為訓練學生組織及領導能力，學習做人處事的方法，乃成立保健營養學系「學生會」來領導學生活動，凡本系學生均為該會會員，經常可參與各項學術及康樂活動。本學會編制乃：(1)保健營養學會會員大會。(2)會長。(3)副會長，副會長下設有：①學長股，②康樂股，③公關股，④學術股，⑤編輯股，⑥總務股。

目前畢業生出路：就業、國外留學、國內升學，與課程之關係？

就業：本系學生畢業後之主要就業傾向有：一、營養師，1.醫院、學校、工廠、機關團體等膳食營養之設計、教育及指導。2.醫院、學校、工廠、機關團體等膳食供應之監督及管理。3.觀光旅館與大型餐廳膳食營養之設計及指導。4.膳食營養諮詢服務。二、衛生檢查與臨床檢驗之專業工作。三、健康教育與保健養護等之教育工作。四、研究助理。

研究進修：可供本系畢業生進修之國內主要相關科系研究所包括：

台灣大學	醫學院	生化學研究所
	農學院	農業化學研究所
		食品科技研究所
	理學院	生物化學研究所
陽明醫學院	微生物及免疫學研究所	
		生化學研究所
清華大學	分子生物學研究所	
輔仁大學	食品營養研究所	
國防醫學院	社會醫學研究所	

此外尚有許多相關研究所及國外許多營養相關研究所，可依個人興趣來選擇進修。

計與管理、大量食物製備。

- 4.解剖每次都在 5103 的小教室上課，且保健常與藥學系之選修學生一起上課，常會為了搶位子而發生爭執。
- 5.素食在中國人的飲食中具有一個特殊的意義，身為保健的學生，應該有相當的了解，建議：除了課程外，應安排實習，實際操作素食的做法。
- 6.公共衛生學建議加開實驗課。
- 7.中國人習慣以食物來強身，建議加開食療課程，尤其可與應用藥理配合。

●因為陽明醫學院與台大醫學院中均無與保健系相關之科系，故在此無法製出課程比較表以供參考。