

AUSBILDUNG · GESUNDHEIT BEGINNT AUF DEM TELLER

Diätassistent/in

Interessiert dich, wie Essen unsere Gesundheit beeinflusst? Dann könnte die Ausbildung zum/zur Diätassistent/in zu dir passen. Du unterstützt Menschen dabei, sich gesünder zu ernähren. Oft haben sie eine Erkrankung wie Diabetes oder eine Allergie. Du erstellst individuelle Ernährungspläne und erklärst, worauf es ankommt. Dafür brauchst du Einfühlungsvermögen und Freude an Wissenschaft. So begleitest du Patient/innen auf ihrem Weg zu einem gesünderen Leben. Hier erfährst du, was du als Diätassistent/in machst, wie die Ausbildung abläuft, was du mitbringen solltest und welche Wege dir danach offenstehen.

3 Jahre Dauer	**schulisch, Medizin, Gesundheit, Pflege** Ausbildung	**1.365 €** 1. Jahr	**i. d. R. ESA** Schulabschluss	**B2** Deutsch empfohlen

PASST DAS ZU MIR?

Wie gut muss mein Deutsch sein?

B2

In Gesundheitsberufen wird meist ein Nachweis auf Niveau B2 verlangt.

Was macht ein/e Diätassistent/in?

Du berätst, schulst und begleitest Menschen mit ernährungsbedingten Erkrankungen oder besonderen Bedürfnissen. Du bist Berater/in, Pädagog/in und Motivator/in zugleich. Das sind deine wichtigsten Aufgaben:

Welche Aufgaben hast du im Arbeitsalltag?

Ernährungsberatung
Das ist dein Kerngeschäft. Du sprichst mit Patient/innen über Essgewohnheiten, Vorgeschichte und Ziele. Dann entwickelst du einen Ernährungsplan, zum Beispiel bei Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Allergien oder Nierenerkrankungen. Auch Schwangerschaft, Sport und Übergewicht können Themen sein.

Ernährungstherapie
Du begleitest Patient/innen über längere Zeit. Du erklärst Zusammenhänge verständlich und motivierst sie, neue Gewohnheiten beizubehalten.

Speisepläne in Einrichtungen
In Kliniken und Pflegeheimen stimmst du Speisepläne auf die Bedürfnisse der Patient/innen ab, zum Beispiel pürierte Kost. Dabei arbeitest du eng mit Küche und Ärzt/innen zusammen.

Dokumentation
Du hältst den Verlauf fest und passt Pläne an.

Gruppenschulungen
Du hältst Vorträge und Seminare zu Ernährung und Prävention.

Wissen aktuell halten
Du liest Fachartikel und bildest dich fort.

Teamarbeit
Du arbeitest mit Ärzt/innen, Pflegekräften, Psycholog/innen und Therapeut/innen zusammen.

Wo arbeitest du als Diätassistent/in?

Du arbeitest in Krankenhäusern, Reha-Kliniken und Arztpraxen, oft in diabetologischen Praxen. Weitere Arbeitsorte sind Gesundheitszentren, Seniorenheime, Praxen für Ernährungsberatung und die betriebliche Gesundheitsförderung. Du hast viel direkten Kontakt zu Menschen. Du arbeitest im Büro, in Schulungsräumen und in Küchen.

Wie läuft die Ausbildung zum/zur Diätassistent/in ab?

Wie lange dauert die Ausbildung?

Die Ausbildung ist schulisch und findet an staatlichen oder privaten Berufsfachschulen statt. Sie dauert in der Regel 3 Jahre. Die Ausbildung ist staatlich anerkannt und endet mit einer Prüfung. Neben dem Unterricht gibt es viele Praxisphasen in Kliniken, Küchen und Beratungsstellen.

Was lernst du in Betrieb und Berufsschule?

Das lernst du unter anderem:

Ernährungslehre
Nährstoffe, Verdauung, Energiebedarf und die Zusammensetzung von Lebensmitteln

Diätetik und Krankheitslehre
Ursachen und diätetische Behandlung von Krankheiten, zum Beispiel Stoffwechselstörungen, Magen-Darm-Erkrankungen oder Krebserkrankungen

Lebensmittelkunde
Verarbeitung und Zubereitung von Lebensmitteln mit Hygiene und Qualitätsstandards

Beratung und Kommunikation
Gesprächsführung, Motivation und verständliches Erklären

Küchenorganisation
Planung von Großküchen in Kliniken mit Hygiene- und HACCP-Konzepten

Psychologie und Pädagogik
Du lernst, Menschen zu einer Verhaltensänderung zu motivieren.

Wirtschaft und Recht
rechtliche Rahmenbedingungen und Grundlagen der Selbstständigkeit

Praktika
in Klinik, Großküche und ambulanter Beratung

Welche Voraussetzungen brauchst du als Diätassistent/in?

Was solltest du mitbringen?

- einen mittleren Schulabschluss oder Abitur/Fachabitur
- Interesse an Ernährung, Gesundheit und Medizin
- Einfühlungsvermögen und die Fähigkeit, gut zuzuhören
- Freude am Umgang mit Menschen
- analytisches Denken
- Verantwortungsbewusstsein und Sorgfalt
- Geduld
- Lernbereitschaft
- Belastbarkeit im Umgang mit kranken Menschen

Was verdienst du in der Ausbildung?

Wie viel verdienst du in jedem Ausbildungsjahr?

AUSBILDUNGSJAHR	PRO MONAT (BRUTTO)
1. Ausbildungsjahr	**1.365 €**
2. Ausbildungsjahr	**1.425 €**
3. Ausbildungsjahr	**1.522 €**

Je nach Bundesland, Branche und Tarif unterschiedlich.

Passt die Ausbildung zum/zur Diätassistent/in zu dir?

Du willst Menschen helfen und interessierst dich für Ernährung? Dann solltest du dir diesen Beruf genauer anschauen. Das spricht für die Ausbildung:

Leidenschaft für Ernährung
Du willst wissen, wie Essen auf die Gesundheit wirkt.

Empathie
Du verstehst die Bedürfnisse anderer und kannst gut mit Menschen reden.

Neugier
Du willst immer auf dem neuesten Stand der Ernährungswissenschaft sein.

Sinnvolle Arbeit
Du hilfst Menschen, gesünder zu leben.

VOM HOBBY ZUM BERUF

Welche Hobbys passen zur Ausbildung als Diätassistent/in?

Was du als Diätassistent/in jeden Tag machst, kennst du vielleicht schon aus deiner Freizeit. Wer für die Familie gesund kocht, Nährwerte auf Verpackungen vergleicht oder Freund/innen geduldig zuhört, zeigt Kliniken und Praxen Interesse an Ernährung und Einfühlungsvermögen. Wer dazu Nachhilfe gibt oder eine Kindergruppe betreut, beweist, dass du Wissen verständlich erklären kannst, so wie später in Schulungen. Wenn dich die Küche selbst reizt, schau dir **Koch/Köchin** an. Für Arbeit in der Arztpraxis passt **Medizinische/r Fachangestellte/r**.

AUS DIESEM BERUFSPROFIL ABGELEITET

Passt gut, wenn du gern …

- ✓ für Familie oder Freund/innen gesunde Gerichte kochst — Kreativität
- ✓ Nährwerte auf Verpackungen vergleichst — Genauigkeit
- ✓ Freund/innen bei Sorgen geduldig zuhörst — Einfühlungsvermögen
- ✓ Nachhilfe gibst und Dinge verständlich erklärst — Kommunikation
- ✓ im Sportverein eine Kindergruppe mitbetreust — Verantwortung

Im Kästchen: Das lesen Ausbildungsbetriebe daraus, wenn das Hobby in deiner Bewerbung steht.

Wo findest du Ausbildungsbetriebe in deiner Nähe?

WIE HÄUFIG?

rund 20
Betriebe bilden aus

Platz 241 von 340 Berufen.

WO?

Nordrhein-Westfalen	5
Baden-Württemberg	3
Berlin	2

Die meisten Betriebe: Ostalbkreis, Düsseldorf, Bielefeld

UM DIE ECKE

Wer bildet bei dir aus?

Scannen und Ausbildungsbetriebe in deiner Nähe finden.

Welche Karriere ist nach der Ausbildung möglich?

Ernährungsbedingte Krankheiten wie Diabetes, Übergewicht und Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind weit verbreitet. Gleichzeitig achten viele Menschen stärker auf gesunde Ernährung. Deshalb werden Fachkräfte gebraucht, die fundiert beraten. Hier kannst du arbeiten:

- in Krankenhäusern und Reha-Kliniken
- in Alten- und Pflegeheimen
- in Arztpraxen, vor allem in Diabetologien
- in Gesundheitszentren und Präventionseinrichtungen
- in der betrieblichen Gesundheitsförderung
- bei Krankenkassen
- in der Ernährungsforschung und Lehre
- als Freiberufler/in mit eigener Praxis

Welche Weiterbildungen gibt es?

So kannst du dich weiterentwickeln:

Spezialisierung
zum Beispiel Diabetesberatung, Allergologie, Sportlerernährung, Adipositas oder Ernährung bei Krebs

Fortbildungen
zu Krankheitsbildern und neuen Erkenntnissen

Zertifikate von VDOE oder DGE
Sie sind oft Voraussetzung für die Zusammenarbeit mit Krankenkassen.

Leitung
Du leitest eine diätetische Abteilung in einer Klinik.

Studium
Mit Hochschulzugangsberechtigung kannst du zum Beispiel Ökotrophologie, Public Health oder Diätetik studieren.

Eigene Praxis
Nach einigen Jahren Berufserfahrung kannst du dich selbstständig machen.

KURZ GESAGT

Fazit: Gesundheit durch Ernährung

Als Diätassistent/in verbindest du Wissen über Ernährung mit Einfühlungsvermögen. Du hilfst Menschen, durch bewusstes Essen gesünder zu leben. Die Ausbildung ist schulisch, staatlich anerkannt und dauert in der Regel 3 Jahre. Danach kannst du dich spezialisieren, Leitung übernehmen oder studieren.

Interesse geweckt? Informiere dich bei Berufsfachschulen in deiner Region über Plätze und Bewerbungsfristen.

Mehr Ausbildungsberufe aus diesem Bereich findest du unter Medizin, Gesundheit, Pflege.



Heiko Wohlgemuth
Gründer von karrieremag.de
„Kein Ausbildungsplatz in Deutschland soll unbesetzt bleiben."

Betriebe in deiner Nähe
Ausbildungsbetriebe direkt um die Ecke finden.
dein-ausbildungsplatz.de

Das ganze Profil online
Mit verwandten Berufen und Bewerbungstipps.
karrieremag.de

Stand: 12.10.2026 · Quellen: dein-ausbildungsplatz.de, BERUFENET der Bundesagentur für Arbeit, Tarifinformationen von Bund und Ländern (u. a. BMAS, WSI-Tarifarchiv). Inhalte: karrieremag.de