

Iransk diætist i Danmark

Jeg hedder Fariba Koosha. Jeg kom til Danmark fra Iran for 14 år siden. Jeg blev færdig uddannet som nutritionist i 1983 i Iran og har arbejdet 1 år som laborant i Fødevaredirektoratet og 3 år som diætist på hospital i Iran.



Fariba Koosha

Da jeg kom til Danmark, tog det lang tid før jeg kunne få den danske version af diætistuddannelsen. Min iranske diætistuddannelse blev accepteret som den grundlæggende uddannelse, men derudover skulle jeg tage nogle kurser, fx. almen voksenpædagogisk kursus og engelsk. Jeg skulle også arbejde et år i et storkøkken. Derfor har jeg arbejdet på Århus Kommune Hospital i 2001-2002 og begyndte på uddannelsen til klinisk diætist i 2002 og blev færdig i 2003. Fra jeg blev færdig med uddannelsen, arbejdede jeg som tolk indtil feb. 2005, hvor jeg har fået mulighed for en virksomhedspraktik af et års varighed. Derfor arbejder jeg nu som klinisk diætist på Psykiatrisk Hospital i Århus og er tilknyttet Lokal Psykiatrisk Center/afdeling Nord og Centrum.

Uddannelse og diætist-arbejde i Iran

I Iran hedder uddannelsen Nutrition og kriteriet for optagelsen på uddannelsen er

bestået studentereksemen.

Uddannelsen foregår på universitet og tager 3 1/2 - 4 år med 7-8 semestre. I hvert semester kan studerende tage op til 18-20 enheder - hvert fag består af et bestemt antal enheder. Fx diætetik har 3 enheder og læses over et semester.

I alt tager man omkring 150 enheder og næsten 71 forskellige fag. Nogle er obligatoriske og andre er frivillige.

Eksempler på fag:

- Ernæring 1, 2, og 3
- Ernæringsøkologi
- Diætetik
- Fysik med lab.
- Matematik
- Engelsk
- Filosofi
- Fysiologi
- Psykologi
- Anatomi
- Management
- Medicinsk fagsprog
- Formidling
- Underernæringsepidemiologi
- Mikrobiologi og parasitologi
- Kemi med lab.
- Analytisk kemi

- Kemi, fysik
- Metabolisk kemi med lab.
- Organisk kemi med lab.
- Biokemi med lab.
- Metabolisk biokemi
- Fødevarekemi

Der er praktik efter hvert semester i 2-2 1/2 måneders periode

- På hospitaler i forbindelse med diætbehandling.
- I fødevareindustrier i forbindelse med fødevare kontrol.
- På hospitalets laboratorier.

Efter endt uddannelse, kan man i Iran arbejde som diætist på hospitaler eller blive ansat som laborant i fødevareindustrien eller Fødevaredirektoratet, men uddannelsen er mest beregnet til diætiststillinger på hospitaler.

På hospitaler i Iran er diætister ansat direkte under sygehusledelsen og køkkenet er organiseret under diætisterne. Hvis der er flere diætister på hospitalet, er der altid en ledende diætist.

Afdelinger sender bestillingsblanketter på diæter ned til køkkenet. Diætisterne planlægger diæter til indlagte patienter ud fra lægens ordination og bestiller maden i køkkenet.



Diætisterne overvåger og kontrollerer også servering af mad for patienterne på afdelingerne.

Lægerne sender patienter, der har brug for eller ønsker kostvejledning til diætisten inden udskrivning. Efter udskrivning er der ikke mulighed for yderligere kostvejledning.

Hvis man som patient har brug for konsultation hos en diætist, er der mulighed for at opsøge en privat praktiserende diætist, og patienten skal selv betale for konsultationerne.

Iranernes kostvaner

Iran er et multikulturelt land. Der bor kurdere (vest for Iran), tyrkere (nord-vest), arabere (syd) baluchere (øst-syd), turkmanere (øst-nord) og Persien eller perseere, der bor midt i Iran.

Alle folkeslag har deres eget sprog og

madkultur, men persisk er Irans officielle sprog, og børnene lærer kun persisk i skolerne.

I den persiske madkultur i Iran spiser man mest brød (hvidt brød) og ris til de 2 varme måltider (frokost og aftensmad). Kartoffler bruges mest i gryderetter.

Iranske retter består fortrinsvist af gryderetter, der indeholder grøntsager, kød, bønner og spises med ris. Eller kylling, der spises med ris, blandet med berberis eller nødder eller krydderurter.

I Iran bruges fedtstof til tilberedning af ris. I nogle familier (især dem med lavt uddannelsesniveau og lav social status) bruges for meget fedtstof til madlavning. Med hensyn til mejeriprodukter spiser man mest ost (feta) og yoghurt frem for mælk.

Fortyndet yoghurt med salt bruges som drikkevare.

I forhold til danskere spiser iranere mindre kød og flere grøntsager samt tørrede bønner.

For dem, der vil vide mere om fremmed madkultur er bogen ”Anbefalinger for den danske institutionskost” side 51-58 en god kilde ■

fak@psykiatri.aaa.dk

Yderligere oplysninger om madkultur i andre lande kan bogen ”Mad, livsglæde og integration – for ældre indvandrere” anbefales. Se anmeldelsen af bogen i Diætisten nr. 75. (red.).

GLUTENFRI · HVEDEFRI

LAKTOSEFRI · NØDDEFRI



Glutenfrie produkter ”friskbagte” fra fryseren

Nu kan du få de lækreste pizza'er bagt i stenovn, hamburger-boller som bla. bruges af McDonalds i Norge, Sverige og Finland. Lækre morgenbrød, muffins, sandwichbrød og meget andet som alt er **naturligt glutenfrit og af meget høj kvalitet.**

Se hele sortimentet på www.carefood.dk/glutenfri.html og meld dig til nyhedsmailen.



Hvor kan jeg købe produkterne:

Kontakt os for nærmeste forhandler på tlf. 76 12 21 00 eller se på hjemmesiden www.carefood.dk/glutenfri.html. Vi får hele tiden nye forhandlere rundt om i Danmark.



Importør:

Carefood · Tømrervej 18 · 6710 Esbjerg V · Tlf. 76 12 21 00 · www.carefood.dk/glutenfri.html