



Dietitian

आहार विशेषज्ञ (डाइटीशियन) पोषण विज्ञान के विशेषज्ञ होते हैं जो लोगों को सही भोजन और आहार योजना की सलाह देते हैं। वे मरीजों के लिए डाइट चार्ट बनाते हैं, बीमारियों में पोषण प्रबंधन करते हैं और स्वस्थ खान-पान के प्रति जागरूकता...



इस करियर की पूरी जानकारी — स्कैन करें

वेतन, परीक्षा, कॉलेज, प्रवेश के रास्ते और आगे के कदम — सब पोर्टल पर।

career.gsssjethantri.in/#/career/dietitian

राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय, जेठन्तरी

Govt. Sr. Sec. School, Jethantri · ब्लॉक समदड़ी · बालोतरा (Block Samdari · Balotra)

www.gsssjethantri.in · career.gsssjethantri.in



सुशील कुमार शर्मा

प्रधानाचार्य, रा.उ.मा.वि. जेठन्तरी · मास्टर ट्रेनर
Principal, GSSS Jethantri · Master Trainer



श्री चेनाराम चौधरी

प्रधानाचार्य, डाइट बाड़मेर
Principal, DIET Barmer



श्रीमती संघमित्रा

वरिष्ठ व्याख्याता, डाइट बाड़मेर (सहयोग)
Sr. Lecturer, DIET Barmer (Support)



भरत चौधरी

अभिकल्पना व विकास · व्याख्याता (इतिहास)
Designed & developed · Lecturer (History)

विशेष धन्यवाद · SPECIAL THANKS



सुरेन्द्र सिंह राठौड़

व्याख्याता (इतिहास) · रा.उ.मा.वि. कानाना



सुरेश कुमार सैन

व्याख्याता (भूगोल) · रा.उ.मा.वि. रामसीन मूंगड़ा



वनिता कुमारी

व्याख्याता (इतिहास) · रा.उ.मा.वि. रामसीन मूंगड़ा



कमलेश चौधरी

व्याख्याता (राजनीति विज्ञान) · रा.उ.मा.वि. टापरा

करियर मार्गदर्शन कार्यशाला, डाइट बाड़मेर (14-17 जुलाई 2026) में विकसित व लोकार्पित
Developed & unveiled at the Career Guidance Workshop, DIET Barmer (14-17 July 2026)

यह एक स्वतंत्र परियोजना है, जो सरकार की आधिकारिक करियर-मार्गदर्शन सामग्री पर आधारित है। · An independent project based on the Government's official career-guidance content.

1 यह करियर क्या है

आहार विशेषज्ञ (डाइटिशियन) पोषण विज्ञान के विशेषज्ञ होते हैं जो लोगों को सही भोजन और आहार योजना की सलाह देते हैं। वे मरीजों के लिए डाइट चार्ट बनाते हैं, बीमारियों में पोषण प्रबंधन करते हैं और स्वस्थ खान-पान के प्रति जागरूकता फैलाते हैं।

2 एक नज़र में

न्यूनतम योग्यता	B.Sc + M.Sc डायटेटिक्स; RD
अवधि	3-5 वर्ष
न्यूनतम योग्यता	10+2 (PCB), मेरिट/परीक्षा
आरंभिक वेतन	₹18,000-25,000/माह

3 क्या-क्या चाहिए

रुचियाँ

- स्वास्थ्य और पोषण में रुचि
- दूसरों की समस्याएँ सुलझाने में मदद करना
- शोध और स्वतंत्र रूप से काम करना

क्षमताएँ

- कुशल संवाद क्षमता
- विश्लेषणात्मक सोच
- धैर्य और सहानुभूति

ज़रूरी कौशल

- पोषण मूल्यांकन
- डाइट चार्ट व मील-प्लान बनाना
- क्लिनिकल पोषण ज्ञान
- रोगी परामर्श
- रिकॉर्ड व डेटा प्रबंधन
- निरंतर अध्ययन

4 कैसे पहुँचें

- 1 विज्ञान (भौतिकी, रसायन, जीवविज्ञान) के साथ 10+2 पूरा करें।
- 2 आहार एवं पोषण / फूड एंड न्यूट्रिशन में B.Sc (3 वर्ष) करें।
- 3 क्लिनिकल न्यूट्रिशन/डायटेटिक्स में M.Sc या PG डिप्लोमा करें।
- 4 IDA की परीक्षा पास कर पंजीकृत आहार विशेषज्ञ (RD) बनें।
- 5 अस्पताल में इंटरनशिप कर व्यावहारिक अनुभव प्राप्त करें।

प्रमुख परीक्षाएँ

- NEET / विश्वविद्यालय मेरिट (UG प्रवेश)
- IDA पंजीकृत आहार विशेषज्ञ (RD) परीक्षा

5 कहाँ से पढ़ें

सरकारी संस्थान

- AIIMS जोधपुर — जोधपुर, राजस्थान
- SMS मेडिकल कॉलेज — जयपुर, राजस्थान
- RNT मेडिकल कॉलेज — उदयपुर, राजस्थान
- AIIMS नई दिल्ली — नई दिल्ली

निजी संस्थान

- निम्स यूनिवर्सिटी — जयपुर, राजस्थान
- वीमेन्स क्रिश्चियन कॉलेज — चेन्नई
- एमिटी यूनिवर्सिटी — नोएडा

ऑनलाइन

- इग्नू (दूरस्थ शिक्षा) — दूरस्थ (<https://www.ignou.ac.in>)
- Coursera / Udemy पोषण पाठ्यक्रम — ऑनलाइन

फ़ीस

सरकारी संस्थानों में लगभग ₹10,000-40,000 प्रति वर्ष; निजी में ₹40,000-1,50,000 प्रति वर्ष।

छात्रवृत्तियाँ

- राष्ट्रीय छात्रवृत्ति पोर्टल / National Scholarship Portal (<https://scholarships.gov.in>)

- Buddy4Study (<https://www.buddy4study.com>)
- विद्यालक्ष्मी शिक्षा ऋण / Vidya Lakshmi Education Loan (<https://www.vidyalakshmi.co.in>)

6 काम कैसा होता है

कहाँ काम

सरकारी व निजी अस्पताल, स्वास्थ्य केंद्र, नर्सिंग होम, जिम व फिटनेस सेंटर, स्कूल, तथा स्वरोजगार।

कार्य-संस्कृति

मुख्यतः डेस्क-आधारित कार्य; सप्ताह में 6-7 दिन, प्रतिदिन 8-9 घंटे। अंशकालिक व परामर्श कार्य भी संभव। दिव्यांगजनों के लिए अवसर उपलब्ध।

कौन नौकरी देता है

- सरकारी अस्पताल (SMS, AIIMS जोधपुर)
- निजी अस्पताल व नर्सिंग होम
- फिटनेस व वेलनेस केंद्र
- खाद्य व FMCG कंपनियाँ
- स्कूल व छात्रावास
- स्वरोजगार / निजी क्लिनिक

माँग (2026)

जीवनशैली रोगों (मधुमेह, मोटापा) और स्वास्थ्य जागरूकता बढ़ने से 2026 में आहार विशेषज्ञों की माँग तेज़ी से बढ़ रही है, विशेषकर अस्पताल, वेलनेस और ऑनलाइन परामर्श में।

7 आगे बढ़ने का रास्ता

- 1 प्रशिक्षु आहार विशेषज्ञ
- 2 आहार विशेषज्ञ
- 3 वरिष्ठ आहार विशेषज्ञ
- 4 विभागाध्यक्ष (पोषण)

कमाई

शुरुआत	₹18,000-25,000/माह
मध्य स्तर	₹30,000-50,000/माह
वरिष्ठ स्तर	₹60,000-1,20,000/माह

स्रोत: NCS व उद्योग अनुमान, 2026; RD प्रमाणन व निजी प्रैक्टिस से आय अधिक हो सकती है।

8 अच्छी बातें · चुनौतियाँ

अच्छी बातें

- लोगों को स्वस्थ जीवन में मदद का संतोष
- स्वरोजगार व लचीले कार्य के अवसर
- बढ़ती माँग वाला क्षेत्र

चुनौतियाँ

- शुरुआती वेतन अपेक्षाकृत कम
- RD प्रमाणन व निरंतर अध्ययन आवश्यक
- परिणाम दिखने में समय व धैर्य

9 असल ज़िंदगी की कहानियाँ

Reshmi Roy Choudhury

पोषण विशेषज्ञ व स्तंभकार, कोलकाता

फूड एंड न्यूट्रिशन में स्नातकोत्तर रेशमी 1992 से क्लिनिकल प्रैक्टिस में हैं। प्रिवेंटिव हेल्थकेयर पर उनके काम ने लाखों रोगियों की मदद की; वे प्रमुख अखबारों में स्वास्थ्य पर लिखती हैं।

Dietitian Kolkata · https://www.dietitiankolkata.com/?page_id=2

Luke Coutinho

इंटीग्रेटिव एवं लाइफस्टाइल पोषण विशेषज्ञ, मुंबई

मुंबई के ल्यूक कॉटिन्हो पोषण विज्ञान में प्रशिक्षित हैं और उन्होंने 'ल्यूक कॉटिन्हो होलिस्टिक हीलिंग सिस्टम्स' की सह-स्थापना की। वे आहार व जीवनशैली आधारित पोषण-चिकित्सा से रोगों की रोकथाम व प्रबंधन पर काम करते हैं और 'द ग्रेट इंडियन डाइट' जैसी कई किताबें लिख चुके हैं—यह दिखाता है कि पोषण को एक प्रभावशाली करियर बनाया जा सकता है।

Wikipedia · https://en.wikipedia.org/wiki/Luke_Coutinho

10 स्रोत व आगे पढ़ें

1. राजस्थान करियर मार्गदर्शन — <https://cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/hi/career/%e0%a4%86%e0%a4%b9%e0%a4%be%e0%a4%b0-%e0%a4%b5%e0%a4%bf%e0%a4%b6%e0%a5%87%e0%a4%b7%e0%a4%9c%e0%a5%8d%e0%a4%9e/>
2. भारतीय आहार विज्ञान संघ (IDA) — <http://www.idaindia.com>
3. राष्ट्रीय छात्रवृत्ति पोर्टल — <https://scholarships.gov.in>



और 770+ करियर — पूरा पोर्टल

रुचि व योग्यता परीक्षण, सरकारी नौकरियाँ, कौशल पाठ्यक्रम, बायोडाटा बनाने की सुविधा — सब मुफ्त, बिना लॉगिन, इंटरनेट के बिना भी।

career.gsssjethantri.in