

## Erfahrungsbericht LMUexchange Medizin

Gastland, Universität: Japan, Jikei University	Zeitraum des Aufenthalts: 05/2024 – 06/2024
Aufenthaltstyp (Semester, Famulatur, PJ, Forschung): PJ Chirurgie	Fach/Fächer: Medizin

### Kontaktdaten (freiwillig)

Name: Michelle Trumpp	E-Mail: michelletrumpp(at)yahoo.de
--------------------------	---------------------------------------

- Ich bin damit einverstanden, dass der Bericht auch online gelesen werden kann: **JA (Nicht zutreffendes bitte löschen)**

### IHR ERFAHRUNGSBERICHT

Bitte lassen Sie die Struktur der Vorlage unverändert und gehen Sie auf die einzelnen Themenfelder ein. Ihre Informationen und Tipps sind für zukünftige Stipendiaten sehr nützlich! Wir möchten Sie deshalb auch bitten, einer Veröffentlichung zuzustimmen. Herzlichen Dank für Ihre Mithilfe!

### VORBEREITUNG

1. **Allgemeine Tipps zur Planung** (Zum Beispiel: Auswahl des Landes und der Gastuniversität, Organisation, Bewerbung bzw. Anmeldung an der Gasthochschule, Sprachkurse zur Vorbereitung...)

**Ich habe mich nach Beratung durch Frau Lechner für die Jikei University entschieden da diese am besten für Studierende ohne Japanischkenntnisse wäre und ich gerne nach Tokyo wollte. Ich habe vorab den Japanischkurs der LMU besucht aber aufgrund Zeitmangels nicht zuende gemacht. Die 5-6 Stunden, die ich da war, haben mir trotzdem enorm viel gebracht um die absoluten Basics sowie die Grundstruktur der japanischen Sprache zu verstehen.**

**Die Kommunikation mit der Jikei war immer problemlos und schnell, alles ist sehr gut organisiert. Es gab ein paar Unterlagen zum Ausfüllen. Es werden keine Studiengebühren erhoben.**

**Für den Tuberkulosestest habe ich mich an den Betriebsarzt der LMU gewendet die nach anfänglichem Zögern/Weigern einverstanden waren, diesen zu übernehmen da es sich um einen partneruniversitären Austausch handelt (hat mich viele Telefonate und Emails mit der Leitung des BÄD gekostet, lohnt sich aber – Zur Not das international Office der LMU in CC oder so).**

2. **Visum** (Zum Beispiel: erforderliche Unterlagen und deren Beschaffung, Dauer des Antragsverfahrens, Kosten etc.)

**Man darf 90 Tage ohne Visum einreisen, also Achtung beim ganzen Tertial.**

3. **Anreise** (Zum Beispiel: besondere Hinweise zur Anreise, Verkehrsmittel, etc.)

**Ich bin nach Haneda geflogen, was viel näher ist als Narita. Bei Applenutzern am besten die digitale SUICA Card direkt zuhause schon ins Wallet laden und großzügig aufladen, dann kommt man zügig und unkompliziert vom Flughafen ins Zentrum. Ich hatte eine eSIM mit japanischer Nummer (sehr praktisch für viele Anmeldungen/kostenlosen Probemonat im Fitness etc) von Mobal und war zufrieden.**

4. **Auslandskrankenversicherung**

Ich war noch über meine Eltern inkl. Ausland versichert. Auch die ganzen anderen Haftpflichtversicherungen etc. hatte ich über den Hartmannbund kostenlos, muss man aber fürs PJ aktiv verlängern!

5. **Unterkunft** (Zum Beispiel: Wohnheim, Privatunterkunft, Kosten, Hinweise zur Wohnungssuche etc.)

Man kann als Studierende der Partneruni im Schwesternwohnheim unterkommen, was 10.000 Yen/Woche kostet (2024 ca. 60€ - extrem billig für Tokyo). Es sind dort aber absolut keine Männer erlaubt, auch keine männlichen Gäste von Zuhause. Für männliche Studis gibt es auch eine Alternative. Es gibt kein Wifi, aber in der Bib direkt gegenüber schon, man kann 24/7 dorthin (oder in den Empfangsraum). Wer aus irgendwelchen Gründen dort nicht hin kann, es gab auch gute Erfahrungen mit dem Sakura Sharehouse in Harajuku.

#### IHR AUFENTHALT AN DER GASTEINRICHTUNG

6. **Organisation des Studiums / klinischen Praktikums / Forschungsaufenthaltes an der Gastuniversität** (Zum Beispiel: sprachliche Voraussetzungen und Unterrichtssprache, Kurswahl und Prüfungen, Betreuung und Unterstützung durch Gastuniversität/-klinik, wichtige Anlauf-/Infostellen, etc.)

Ich habe mich für mein Tertialsplit für 4 Wochen Thoraxchirurgie und 4 Wochen Kolorektalchirurgie entschieden. Ich konnte mal abgesehen von den absoluten Basics (Hallo/Danke/Entschuldigung/Ja/Nein/Mein Name ist...) kein Japanisch. Das wird auch nicht erwartet, hilft aber natürlich enorm. Unterrichtssprache ist dort Japanisch und viele Japaner können kein oder nur sehr wenig Englisch. Ich kam trotzdem viel besser durch als erwartet, da man doch immer irgendwen findet der der englischen Sprache mächtig ist oder eine App benutzt. Jeden Montag ist in der Chirurgie Frühbesprechung und jeder neue Studierende muss sich dort kurz vorstellen. Ich hatte in beiden Abteilungen einen Arzt, der mir zugeteilt wurde für die Orga/Betreuung, das waren dann natürlich Ärzte, die einigermaßen Englisch konnten. Je höher auf der Karriereleiter, desto besser meist das Englisch da ein längerer Auslandsaufenthalt oft die Eintrittskarte nach oben ist. Generell hilft das International Office bei allem gerne und zuverlässig weiter, ich habe am ersten Tag Schokolade mitgebracht, um mich direkt gut zu stellen – alle haben sich sehr gefreut und mir immer gerne weitergeholfen ;)

Ich habe mir im Vorhinein sehr viele Gedanken um den Dresscode gemacht und war froh eine Auswahl mitgebracht zu haben. In der Thoraxchirurgie hatten alle Businesskleidung (Hemd/Bluse, Krawatte, Anzughose, Anzugschuhe, gebügelter Kittel) an, in der Kolorektalchirurgie Scrubs und Kittel mit Sportschuhen. Wichtig ist v.A. dass alles (Schuhe!) sauber, glatt und ordentlich aussieht. Arbeitszeit war meist von 8:30 bis 12:00-14:00.

7. **Beschreibung des akademischen Inhalts Ihres Aufenthaltes** (Zum Beispiel: Besonderheiten im klinischen Alltag, Niveau und Methodik im Vergleich zur LMU, Arbeitsaufwand)

Das Jikei Hospital ist ein privates Krankenhaus direkt am Tokyo Tower und ähnelt eher einem modernen Hotel als einem Krankenhaus. Alles ist neu, edel und gepflegt. Die Ausstattung ist tiptop und mit dem deutschen Durchschnittskrankenhaus nicht zu vergleichen.

Einem muss klar sein, dass man als Studierender wirklich eine Beobachter-Rolle hat, nicht nur weil man Ausländer ist. Hands-on ist generell nicht angesagt, auch nicht für japanische Studierende. Ich durfte mich insgesamt ca. 5x einwaschen, den Patienten berührt habe ich aber quasi nie. Einmal sollte ich mich auch wieder auswaschen, weil der Prof, der später dazu kam, meinte das wäre problematisch, da ich Studierende bin. Fairerweise gibt es aber auch keinerlei Personalmangel und es stehen immer 3-4 Ärzte sowieso am Tisch und, zumindest in der Thoraxchirurgie, immer das ganze Team im Raum. Es werden hauptsächlich Laparoskopien und DaVinci-OPs gemacht. Es gibt also auch wirklich keinen Bedarf. Das war für mich immer etwas befremdlich da in Deutschland jede helfende Hand gebraucht wird. Hier haben die Fachärzte Zeit, OPs zuzusehen, ohne selbst am Tisch zu stehen. Außerdem war der OP-Plan m.M.n. nicht besonders voll, immer nur 1-2 OPs pro Tag. In der Thoraxchirurgie war Mo-Mi OP-Tage und in der Kolorektalchirurgie Mi + ein weiterer Tag OP-frei. Die Freizeit kam also in keinsten Weise zu kurz, darum war die Beobachter-Rolle auch nicht so schlimm ;).

Ich bin mir nicht sicher ob bessere Japanischkenntnisse so einen riesen Unterschied gemacht hätten, v.A. in der Chirurgie. Denn laut den lokalen Studierenden dürfen sie sich auch nur alle 10-15 OPs mal einwaschen. Man hätte aber bestimmt mehr von Station und Besprechungen mitbekommen, hier war ich natürlich komplett außen vor.

Jeden Montag ist um 12:30 International Cafe, wo sich alle internationalen Studierenden und interessierten lokalen Studis treffen. Am Ende des Aufenthaltes soll man eine kleine Präsentation über sich, sein Herkunftsland und seinen Japanaufenthalt halten – eine super Gelegenheit sich kennenzulernen. Im Mai kommen wohl immer besonders viele Internationals, wir waren zu Beginn ca. 15-20 und zum Ende nur noch 3. Es sind hauptsächlich Asiaten (Hong Kong, Singapur), Engländer und Deutsche.

Zum Abschied hatte ich Toffifee und Ritter Sport dabei, ich hätte mir gewünscht mehr zu haben da alle Japaner selbst sehr großzügig sind und es fast etwas mickrig aussah.

## 8. Anerkennung der erbrachten Leistungen

Die Unterschriften und Stempel haben wir zwei Wochen vor Ende des Tertials eingeholt. Besonders für den Dekansstempel benötigt es Vorlauf. Alle Stempel/Siegel sind Kanji, es gibt keine mit lateinischen Buchstaben. Wir haben uns zu dritt zusammengetan und unsere Stempel von einer von der Botschaft empfohlenen Übersetzerin (Frau FREY-MATSUYAMA von Intercult Partners LLC, Toranomon Tower Office 19 F) übersetzen lassen. Sie hat uns zwar Mengenrabatt gegeben, zu dritt haben wir aber trotzdem 185€ gezahlt (die beiden anderen von anderen Unis hatten nur 2 Zettel und nicht 4 wie von der LMU). Ein teurer Spaß aber die Angst vor dem LPA macht das Geld locker... ☹

## 9. Freizeit und Alltag

Ich hatte wie gesagt doch einiges an Freizeit. Minato ist mal abgesehen vom Tokyo Tower eher ein Businessviertel, wir sind also hauptsächlich im Westen Tokyos unterwegs gewesen. Für diese gibt es in Tokyo/Japan natürlich unendlich viele Möglichkeiten. In Tokyo gibt es unendlich viele tolle Kunstmuseen, Shopping ohne Ende und die beste Cafekultur die ich bisher erlebt habe. Hier meine Lieblingscafes: Wasachi

in Roppongi für Matcha, Kaffeeomakase im Mameya Kakeru, Swamp in Shunjuku, Nadoya no katte. Liebste Viertel: Odaiba Beach, Naka-Meguro. Nachtleben: Baia, Atom, Cé la vie. Bars: A10, Janai Coffee.

Tagesausflüge aus Tokyo: Kamakura, Nikko, Yokohama (Cup Noodle Museum!), Vergnügungsparks

Japan: Kyoto, Kiso Valley (Nakasendo Trail für Wanderer), Fujiyoshida

Die Bahn bringt einen verlässlich überall hin, je nach Saison muss früh gebucht werden. Im Mai/Juni war alles ohne Probleme spontan möglich. Der Yen war 2024 sehr schwach, also konnte man recht günstig und sehr gut überall essen für unter 10€ (für „normales Essen“, Fine Dining geht natürlich ohne Grenzen). Trotz gutem Kurs und Tax-free shopping ist Japan trotzdem noch teuer weil es so viele tolle Möglichkeiten gibt sein Geld auszugeben.

#### 10. Individuelle interkulturelle Erfahrungen

Ich habe mich in Tokyo und Japan generell sehr sicher und wohl gefühlt. Alle sind sehr höflich, hilfsbereit und freundlich. Man sollte sich dem Kleidungsstil etwas anpassen, also kein Ausschnitt und keine Schultern zeigen und Knie bedecken, möglichst keine eng anliegenden Sachen. Das fällt im schwülen Sommer schwer, aber man kassiert weniger Blicke. Ich hatte keine einzige schlechte Erfahrung mit Japanern, man merkt aber schnell, dass es eine starke soziale Etikette gibt (Lautstärke, Schlange stehen etc.) an die man sich halten sollte um nicht negativ aufzufallen.

#### 11. Persönliches Fazit

Ich hatte eine fantastische Zeit in Tokyo. Die Stadt ist einfach klasse und wir waren eine tolle Gruppe internationaler Studierenden. Ich muss aber zugeben, dass die Zeit im Krankenhaus eher Nebensache war, da man den Lerneffekt nicht mit dem deutschen PJ vergleichen kann. Es war natürlich interessant die Fälle zu sehen, das japanische Gesundheitssystem kennenzulernen und die doch unterschiedliche Arbeitsphilosophie zu beobachten, aber die Freizeit stand doch im Vordergrund. Darum war ich trotz der super Zeit doch froh, dass ich „nur“ ein halbes Terial in Japan verbracht habe. So konnte ich im anderen Terial noch etwas Hands-on-Erfahrung sammeln.

Also, ich komme bestimmt wieder nach Japan, habe viele tolle Menschen kennengelernt und Tokyo ist meine neue Lieblingsstadt. Aber ein halbes Terial reicht vollkommen.

#### ONLINE-KURSE

12. **Online-Kurse** (Falls Sie an Online-Kursen teilgenommen haben, was waren Ihre Erfahrungen? Haben Sie die Kurse von Deutschland oder vom Gastland aus besucht?)

Nicht besucht