

## Angaben zum Auslandsaufenthalt (Pflicht)

Gastland, -stadt, -universität/einrichtung: <b>University of Tokyo</b>	Zeitraum des Aufenthalts: <b>13.03.2023-07.05.2023</b>
Aufenthaltstyp (Studium, Praktikum, Forschung): <b>PJ-Tertial (Hälfte)</b>	Studienfächer: <b>Humanmedizin im Fach Chirurgie</b>

## Kontaktdaten (freiwillig)

Name:	E-Mail:
-------	---------

- Ich bin damit einverstanden, dass der Bericht auch online gelesen werden kann: **JA**

Für Teilnehmer am LMUexchange-Programm: Nur wenn Sie uns die Einverständniserklärung zur Veröffentlichung im Internet gegeben haben, wird Ihr Bericht auch online in der LMU-Austauschdatenbank erscheinen. Sie können selbst entscheiden, ob Sie in Ihrem Bericht persönliche Daten (Name und E-Mailadresse) angeben oder, ob Sie den Bericht anonym veröffentlichen möchten.

Wenn Sie nicht am Austauschprogramm LMUexchange teilgenommen haben, sondern eine PROSA<sup>LMU</sup>-Förderung für einen selbst organisierten Aufenthalt erhalten haben, wird Ihr Bericht nicht veröffentlicht, sondern gehört zu den Nachweisen, die unsere Geldgeber von uns verlangen.

**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 seit langem ein Praktikum in Japan machen wollen und deswegen über mehrere Semester am Japanisch-Kurs der LMU teilgenommen. Als ich mein PJ geplant habe, habe ich die Universität Tokio von der LMU Exchange Partneruniversitäten ausgesucht. Nach Nominierung von der LMU habe ich mich direkt mit UniTokyo in Verbindung gesetzt. Das ausländische Studentenreferat der UniTokyo ist äußerst freundlich und hilfsbereit und bei Fragen immer per Email Fragen erreichbar.

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

Da mein Aufenthalt nur 2 Monate betrug und ich einen deutschen Pass besitze, brauchte ich kein Visum und bin als Tourist eingereist.

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

Ich bin zuerst nach Hongkong für 1 Woche geflogen und von dort nach Tokio, weswegen ich keine Tipps für eine Anreise aus München geben kann. Wichtig ist, beim Ankommen schon etwas Bargeld in Yen bereit zu haben, da ich nur mit Bargeld die Transportkarte für öffentliche Verkehrsmittel (Suica) kaufen konnte. Soweit ich weiß, kann man inzwischen keine physikalische Karte vor Ort bekommen, sondern nur über das Handy. Dafür muss mein Apply Pay or eine Kreditkarte besitzen. In Tokio ist die öffentlichen Verkehrsmittel sehr praktisch und mit z.B. GoogleMaps ziemlich einfach zu navigieren. Man braucht keine Wochen- oder Monatskarte, sondern zahlt für jede Fahrt mit Suica.

#### 4. Auslandskrankenversicherung

Ich habe unkompliziert online eine Auslandskrankenversicherung über meine Krankenversicherung besorgt für den Zeitraum, wo ich im Ausland war. (Der Jahres-Komplettschutz kann nicht verwendet werden, da die maximale Reisedauer pro Reise überschritten wird.)

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

Es lohnt sich, mit der Wohnungssuche frühzeitig anzufangen, da die Universität keine Studentenunterkunft bereitstellt. Empfehlen kann ich „Sakura House“, die monatliche Wohnungen anbietet und auch hilfsbereit sind wenn man etwas bestimmtes sucht, und meist deutlich weniger kostet wie ein AirBnB.

### IHR AUFENTHALT AN DER GASTEINRICHTUNG

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

Grundsätzlich können alle Ärzte Englisch und es werden keine Japanisch-Kenntnisse erfordert. Allerdings wurde in den Frühbesprechungen und interkollegial fast nur Japanisch verwendet. Es empfiehlt sich Japanisch zu können oder im Voraus möglichst viel Japanisch zu lernen (z.B. durch Teilnahme an den LMU-Sprachkurse). Auch der Umgang mit den anderen Studenten war viel angenehmer, wenn man zumindest Basics auf Japanisch konnte. Ich habe keinen festen Betreuer gehabt aber wurde am Anfang allen vorgestellt und alle waren immer nett und hilfsbereit.

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

Am Anfang habe ich einen wöchentlichen Stundenplan bekommen, sodass ich immer wusste, wo ich sein sollte. Ich war bei den Frühbesprechungen dabei und fühlte mich deswegen integriert im Team. Auch konnte ich an Kursen für die japanische Studenten teilnehmen, die sich v.a. auf praktischen Fähigkeiten fokussiert haben, z.B. Legen eines venösen Zugangs. Diese wurden teilweise netterweise meinetwegen auf Englisch gehalten. Ich konnte immer bei der OPs und Endoskopien dabei sein und jederzeit Fragen stellen.

#### 8. Anerkennung der erbrachten Leistungen

Mein PJ-Tertial wurde ohne Probleme vom Prüfungsamt anerkannt. Man sollte sich im Voraus mit dem Prüfungsamt in Verbindung setzen, um zu klären, welche Unterlagen erforderlich sind. Ich musste auch die Stempel, die auch Japanisch waren, auf den Bescheinigungen übersetzten lassen.

#### 9. Freizeit und Alltag

Generell fängt der Tag um 8:30 oder 9 und geht bis zum Nachmittag. An Wochenenden und an Feiertagen (z.B. golden week) hat man frei. Nach dem PJ bleibt auf jeden Fall genug Freizeit, um die Stadt zu erkundigen.

## 10. Individuelle interkulturelle Erfahrungen

Es waren auch andere ausländische Studenten und visiting doctors in meiner Abteilung, sodass manchmal internationale Diskussionen über Alternativen der Patientenbehandlung stattgefunden haben, was für mich sehr angenehm und interessant war.

Ein paar mal habe ich mit den japanischen Studenten getroffen, die mir die lokalen Restaurants gezeigt hat. Empfehlenswert sind auch Tagesausflüge am Wochenende, z.B. nach Kamakura, Hakone, Yokohama und Kawagoe, die alle einfach zu erreichen sind und im Vergleich zu Tokio ein komplett anderer Einblick in japanische Kultur geben.

## 11. Persönliches Fazit

Alles in allem kann ich nur jedem empfehlen, ein PJ-Tertial im Ausland zu machen. Die UniTokyo hat ein sehr organisiertes Vorgehen für ausländische Studenten und man kann eine große Vielfalt an komplexen Krankheitsbilder und Operationen sehen. Die Ärzte waren alle sehr nett und offen für Fragen, weswegen ich viel über Chirurgie gelernt habe.

## 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?)

Ich habe an keinen Online-Kurse während meiner Aufenthalt teilgenommen.