

Erfahrungsbericht LMUexchange Medizin

Gastland, Universität: Japan, University of Tokyo	Zeitraum des Aufenthalts: 01.01.24-29.04.24
Aufenthaltstyp (Semester, Famulatur, PJ, Forschung): PJ	Fach/Fächer: Innere Medizin: Nephrologie, Hämato-Onkologie, Gastroenterologie
Kontaktdaten (freiwillig)	
Name:	E-Mail:

- 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

- Allgemeine Tipps zur Planung** Die Anmeldung ging über LMU-Exchange sehr schnell, die Organisation von der Tokyo University hat aber ziemlich lang gedauert. Auch hatten sie mit den Daten einige Probleme, da ich zum 1.1. anfangen sollte, aber da ganz viele Feiertage sind. Bei Urlaub, den ihr nehmen wollt (auch am Ende des Tertials) am besten frühzeitig mit dem international-Office vor Ort Kontakt aufnehmen. In Japan ist alles Organisatorische noch unflexibler als hier und man tut sich schwer mit dem fixen PJ-Tertialzeiten. Sprachkurse hatte ich keine, da ich selber Japanerin bin, ich würde aber wenigstens einen Basic-Japanisch-Kurs empfehlen, da sich auch viele Ärzte mit Englisch sehr schwertun und so kleine Höflichkeitsfloskeln immer gut ankommen. Und wenn ihr dann reisen wollt, dann hilft das auch sehr. Vergesst nicht kleine Geschenke (Schokolade, Haribo o.ä.) für die Ärzte/Prof.s! Muss nichts Großes sein, aber in Japan bringen wir immer nach Reisen Kleinigkeiten für Kollegen/Chefs mit.
- Visum** bin Japanerin, also habe ich keins gebraucht
- Anreise** Wenn man in Tokio landet, sind sowohl Narita als auch Haneda gut. Narita scheint auf den ersten Blick viel weiter weg, aber die Anbindung nach Tokio ist sehr gut, daher geht's auch relativ schnell. Achtung bei den normalen Zügen, die fahren nämlich nicht nur bis ca Mitternacht. Es gibt auch Shuttlebusse von beiden Flughäfen in alle möglichen Stadtteile Tokios. Am besten davor recherchieren: es kann am Flughafen unübersichtlich werden, die Mitarbeiter sind aber hilfsbereit. Geld am besten da auch schon wechseln, in Japan wird sehr viel bar gezahlt. Als Transportkarte ist die Suica gut: gibt es physisch (In Automaten oder 7/11) oder in einer App (auf japanisch). Mit dem iPhone kann man es auch direkt im Apple Wallet (unter Transportarte hinzufügen) einrichten ganz ohne App. Damit dann einfach Züge/Ubahnen benutzen oder im Convenience-Store zahlen, dann muss man nicht immer Tickets kaufen. Aufladen kann man die Karte über apple Pay oder an pinken Charge-Automaten an Bahnhöfen mit Bargeld oder in jedem 7/11. Wer sich fürs Reisen einen RailPass kauft, die gelten nicht in der Tokyo Metro.
- Auslandskrankenversicherung** über die Apobank
- Unterkunft** wird nicht gestellt und man muss sich selber drum kümmern. Ist zugegeben schwer als Ausländer. Am einfachsten wird es wahrscheinlich mit einem Hostel oder Airbnb. Ich selber habe in

eine Wohnung gemietet (Firma: Goodlife) die vermieten nicht an Reisende und wollten auch meinen (japanischen) Pass sehen.

IHR AUFENTHALT AN DER GASTEINRICHTUNG

- 6. Organisation des Studiums / klinischen Praktikums / Forschungsaufenthaltes an der Gastuniversität** vom International Office wird man gut betreut. Am Anfang und Ende gibt es auch ein Treffen. Mit meinen Departments war ich weitestgehend zufrieden. Alles wurde von den Ärzten dann für mich grob durchgeplant (One on One teaching, Teilnahme an Besprechungen (Achtung auf japanisch, dafür aber sehr ausführliche Besprechung des Patientenmanagements, einige übersetzen das aber für euch und für Texte einfach Google Translate)) In der Nephro war ich ziemlich lange und habe mir dann gewünscht in der Endokrinologie im Konsildienst zu bleiben (gehört an der Uni zusammen), weil die mehr erklärt haben. Man kann schon einiges sehen und individuell planen, wenn man die Ärzte drauf anspricht.
- 7. Beschreibung des akademischen Inhalts Ihres Aufenthaltes** in Japan darf der Student quasi nichts anfassen. wir dürfen alles mitanschauen und auch Patienten sehen, aber nicht wie hier im PJ das meiste selbständig arbeiten. Man kann dennoch einige Patienten recherchieren und Befunde durchgehen/bei z.B. Knochenmarkspunktionen dabei sein oder sich CT-Bilder anschauen. Ich habe sowohl die Stationen als auch die Ambulanz /Notaufnahme gesehen. Die Ärzte sind sehr nett und versuchen einem ganz viel zu erklären, die Rolle des Studenten ist dort nur komplett anders. Nephrologie/Endokrinologie und Hämatologie-Onko sind sehr empfehlenswert. Man sollte sich nicht scheuen, seine eigenen Interessen zu teilen, die Ärzte versuchen dann nämlich lectures usw. für einen zu organisieren! Unzufrieden war ich leider mit Gastro. Da wurde ich in eine Klasse von Studenten reingesteckt die ungefähr bei uns dem 5/6 Semester entsprachen und sollte dann die Grund-Vorlesungen zu Gastro mitmachen. Ich habe den Ärzten erklärt, dass das leider komplett an dem PJ vorbeigeht und sie haben versucht eine Lösung zu finden. Lösung war dann, dass ich mir eine Woche Koloskopien anschauen sollte. Ich würde einen Bogen um das Fach machen.
- 8. Anerkennung der erbrachten Leistungen** ging problemlos. Für die Stempel müsst ihr euch ans International Office der Uni wenden, die kümmern sich um alles, brauchen aber mindestens 1-2 Wochen dafür! Die Stempel sind nur alle auf japanisch und müssen offiziell übersetzt werden. Wenn es das letzte Tertial ist, dann rechtzeitig einen Dolmetscher suchen. Ich habe mich nach Empfehlung an Frau Hisako Conze gewandt, es ging ganz schnell und war nicht so mal so teuer wie erwartet.
- 9. Freizeit und Alltag** ich habe in einer nahen Präfektur Familie, also war ich dort die Wochenenden (war der Grund, warum ich die Uni ausgesucht habe). Mit den Ärzten war ich auch oft Abendessen oder Kaffeetrinken. Man hatte in der Regel die Nachmittage frei und Wochenenden natürlich auch. In Tokio und Umgebung gibt es so viel zu sehen, da kann man sich gut beschäftigen. Die Studenten sind auch ganz lieb, nur hatte ich das Gefühl, dass sie total gestresst sind. Andere internationale Studenten habe ich leider nicht getroffen.
- 10. Individuelle interkulturelle Erfahrungen** dazu kann ich leider nicht so viel sagen, nachdem das keine „neue“ Kulturerfahrung ist. Unterm Strich ist Japan an sich sehr konservativ, Höflichkeit und soziale Normen sind total wichtig. Faux Pas werden Ausländern aber immer verziehen! Die Menschen sind in der Regel nicht so offen wie hier (das hat nichts mit euch als Individuum zu tun), aber freuen sich trotzdem total, wenn man sich interessiert an der Kultur zeigt und auch ein

bisschen Japanisch probiert (egal ob es gut oder schlecht ist). Im Süden sind die Leute noch etwas lockerer und offener, Tokio ist einfach etwas anonym. Es ist sehr sicher auch alleine als Frau zu reisen, LGBTQ+ ist zwar in diesem konservativen Land leider nichts, was offen besprochen wird (aber kaum etwas Privates wird geteilt). Trotzdem ist es sicher, also keine Sorge! In großen Städten wie Tokyo gibt es allerlei Stadtteile mit unterschiedlicher Atmosphäre, für jeden ist was dabei.

11. Persönliches Fazit absolut empfehlenswerte Erfahrung. Es ist ganz anders als in Deutschland, was man einfach mal sehen sollte -ganz unvoreingenommen :D- Die Menschen sind nett und versuchen wirklich euch was beizubringen!

Man sollte sich neben dem PJ auch Zeit zum Reisen nehmen! Auf jeden Fall nach Kyoto, auch wenn es sehr voll ist. Wenn ihr ein außergewöhnliches Andenken mitbringen wollt, dann schaut euch doch mal Goshuin 御朱印 an. Man sammelt in einem Buch Kalligrafien in Tempeln und Schreinen. Es lohnt sich auch, sich davor ein bisschen mit der Geschichte und Kultur zu befassen: wir haben in Japan zwei Religionen, ist mittlerweile viel mehr Tradition als Glaube. Man geht trotzdem noch vor Prüfungen noch zum Schrein beten- extra Glück vorm M3 schadet nie, dafür geht man zum Schrein vom Gott Tenjin-. Das dürfen aber wirklich alle mitmachen! Auch Touristen. Gilt auch für Kimono tragen: einige scheuen sich davor, Tracht einer anderen Kultur zu tragen. Japaner freuen sich aber tatsächlich, wenn man sich als Ausländer mal einen Kimono anzieht.

ONLINE-KURSE

12. Online-Kurse keine Online Kurse