

Erfahrungsbericht LMUexchange Medizin

Gastland, Universität: Japan, University of Tokyo	Zeitraum des Aufenthalts: 09/09/24-03/11/24
Aufenthaltstyp (Semester, Famulatur, PJ, Forschung): Gesplittetes PJ-Tertial	Fach/Fächer: Allgemeinchirurgie/ Viszeralchirurgie
Kontaktdaten (freiwillig)	
Name:	E-Mail:

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

IHR ERFAHRUNGSBERICHT

VORBEREITUNG

1. Allgemeine Tipps zur Planung

Die Planung meines Aufenthalts begann etwa ein Jahr im Voraus. Nachdem ich meine Bewerbungsunterlagen, bestehend aus Motivationsschreiben, Lebenslauf und Zeugnissen, eingereicht hatte, erhielt ich rund drei Monate später die Zusage vom Japanbeauftragten. Danach wurde der Kontakt zur Partneruniversität im Ausland hergestellt, und ich konnte meine gewünschten Rotationen auswählen. Für den Aufenthalt mussten einige Gesundheitsnachweise wie ein Impfnachweis und ein Tuberkulose-Screening (zum Beispiel ein Röntgenbild) an das Internationale Office übermittelt werden. Die Bearbeitung durch das Internationale Office in Japan nahm zwar etwas Zeit in Anspruch, aber das Warten lohnt sich – alles funktionierte letztlich reibungslos. Einen Sprachkurs, um Japanisch zu lernen, habe ich nicht belegt. Stattdessen habe ich viele Duolingo Lessons gemacht, was für den Alltag definitiv ausreicht. In der Klinik kommt man mit Englisch gut zurecht.

2. Visum

Für Japan benötigt man kein Visum. Man füllt bei der Anreise im Flugzeug ein Formular für das dreimonatige Touristenvisum aus. Ich habe hierfür extra mit der japanischen Botschaft Rücksprache gehalten, weil es im Internetauftritt nicht ganz klar war. Das Tertial ist als ein unbezahltes Praktikum zu deuten (nicht als Studentenvisum oder Arbeitsvisum) und deshalb dem Touristenvisum zuzuordnen. Das hat den Vorteil, dass man sich auch den Japan-Railpass im Voraus holen kann (wobei sich dieser für mich preislich nicht gelohnt hat). Dennoch würde ich empfehlen, dies vor Anreise zu überprüfen.

3. Anreise

Die Anreise erfolgte mit AirChina und einem Zwischenstopp in Peking. In Tokyo gibt es zwei Flughäfen- Haneda und Narita. Haneda ist deutlich näher zur Stadtmitte gelegen. Nach Ankunft lohnt es sich direkt am Flughafen im Handy-Wallet oder als physische Karte eine Pasma/Suica Karte anzulegen. Hiermit kann man die U-Bahnfahrten etc. bezahlen. Das ist deswegen sinnvoll, weil es in Tokyo mehrere Metroanbieter gibt und man sonst jedes Mal ein neues Ticket kaufen müsste.

4. Auslandskrankenversicherung

Über den Marburger Bund, habe ich eine Auslandskrankenversicherung kostenlos abschließen können. Ebenfalls eine Berufshaftpflichtversicherung, diese ist als PJ-Student auch kostenlos.

5. Unterkunft

Das Universitätsklinikum befindet sich am UHongo Campus in der Nähe vom Ueno Park. Gewohnt habe ich in Kuramae, ein Stadtteil in Taito. Das war von der Lage perfekt, nur 3 Stationen mit der Bahn in die Klinik. Die Unterkunft selbst war ein sog. Shared-house (Sakura). Ich hatte ein circa 10qm großes möbliertes Zimmer. Die

Küche und das Bad wurden mit 8 anderen Internationals geteilt. Insgesamt war es sehr dreckig und sehr anonym. Ich habe es dennoch irgendwann geschafft mit zwei Internationals eine Freundschaft zu schließen und auch Aktivitäten gemeinsam zu unternehmen. Wenn Sauberkeit jetzt nicht superwichtig ist, kann man es buchen. Ich würde es nicht nochmal machen. Kostenpunkt 700€/Monat. Ansonsten fällt es mir schwer hier weitere Tipps zu geben. AirBnB habe ich persönlich auch recherchiert, jedoch kein preiswertes gefunden. Ich könnte mir schon vorstellen, dass vielleicht andere Sakura houses oder shared houses sauberer sind. Die Buchung bei Sakura ist hingegen sehr entspannt. Der Check-in und Check-out ebenfalls.

IHR AUFENTHALT AN DER GASTEINRICHTUNG

6. Organisation des Studiums / klinischen Praktikums / Forschungsaufenthaltes an der Gastuniversität

Man darf sich selbstständig die Rotationen aussuchen. Meine Empfehlung wäre, zwei Rotationen mit jeweils einem Monat zu belegen. So hat man gut die Möglichkeit, sich einzuarbeiten und die KollegInnen kennenzulernen. Die Betreuung seitens der Universität verläuft reibungslos. Der Ansprechpartner aus dem International Office ist immer erreichbar und sehr hilfsbereit. Auch meinen Clinical Supervisor konnte ich immer ansprechen.

7. Beschreibung des akademischen Inhalts Ihres Aufenthaltes

Meine Rotation fand hauptsächlich in der Magen- und Speiseröhrenchirurgie statt. Zusätzlich hatte ich die Gelegenheit, tageweise in andere Abteilungen zu rotieren. Dabei waren die Einblicke abwechslungsreich. Grundsätzlich ist es in Japan üblich, dass Medizinstudierende nur eingeschränkt selbstständig am Patienten arbeiten dürfen. Aus diesem Grund würde ich empfehlen, lediglich ein halbes Tertial dort zu verbringen. Dafür bietet der Aufenthalt jedoch andere spannende Vorteile. Die University of Tokyo verfügt über eine beeindruckende Auswahl an Skills-Trainern, die zur praktischen Übung zur Verfügung stehen. Dazu gehören ein Laparoskopie-Trainer, Ultraschallpuppen, Lumbalpunktion-Übungsmaterial, Nahtsets, Mikrochirurgie-Übungsgeräte und als absolutes Highlight ein Hinotori-Trainer – das japanische Pendant zum DaVinci-Roboter. An Tagen, an denen weniger los war, habe ich viele Stunden an diesen Skill-Trainern verbracht und meine chirurgischen Fähigkeiten deutlich verbessert. Gelegentlich durfte ich auch im OP nähen, wobei dies stark vom Chirurgen abhing und eher die Ausnahme war. Die Ärzte in Japan erklären auf Nachfrage sehr viel, aber proaktiv eher weniger. Die Sprachbarriere stellte jedoch kein großes Problem dar: Einige Ärzte sprachen ausgezeichnetes Englisch, andere weniger, aber die Kommunikation war immer möglich. Viele medizinische Begriffe sind ohnehin international verständlich. Bei Visiten und Konferenzen wurden die Inhalte oft übersetzt, sodass ich den Großteil der Informationen gut nachvollziehen konnte. Besonders beeindruckend waren die Op-Besprechungen. Vor und nach Operationen finden detaillierte Konferenzen statt, in denen die Eingriffe Schritt für Schritt analysiert werden. Nach der OP werden Videoausschnitte gezeigt, und der Operateur muss die einzelnen Schritte der Operation skizzieren oder erläutern. Das war nicht nur spannend, sondern auch äußerst lehrreich, selbst ohne umfassende Japanischkenntnisse. Für Interessierte gibt es außerdem die Möglichkeit, sich komplette OP-Videos anzuschauen, was einen tiefen Einblick in die Techniken und Abläufe bietet. Die Uniklinik arbeitet zudem deutlich häufiger mit dem DaVinci-System als zum Beispiel die LMU, was für mich ebenfalls ein spannender Aspekt war. Darüber hinaus wurden regelmäßig praktische Kurse mit anderen Medizinstudierenden angeboten, und man konnte theoretisch auch an Seminaren und Vorlesungen teilnehmen – tendenziell eher auf japanisch. Auch die Infrastruktur am Campus und Krankenhaus war hervorragend. Es gab mehrere Restaurants, Cafés und Convenience Stores, die sich perfekt für die Mittagspause eigneten. Außerdem wurde ich mit einem Diensthandy ausgestattet, was sehr praktisch war, um

sich frei zu bewegen oder bei Bedarf Unterstützung zu rufen, falls ich mich einmal verirrt hätte. Alles in allem bot die Rotation eine wertvolle Kombination aus praxisnahen Übungen am Skilltrainer und theoretischem Wissen in einer einzigartigen kulturellen und medizinischen Umgebung.

8. Anerkennung der erbrachten Leistungen

Das Internationale Office in Japan stellt die benötigten Unterlagen zur Verfügung und bisher gab es keine Anerkennungsprobleme. Da ich mich aber noch im Prozess des Anerkennens befinde, kann ich hierfür keine finale Antwort geben.

9. Freizeit und Alltag

Freizeit und Alltag in Tokyo sind grandios! Es wird einem in dieser Stadt nicht langweilig. Es gibt ein Überangebot von allem. Seien es Restaurants, Bars, Sportangebote, kulturelle Angebote etc... Ich habe viel Zeit mit zwei meiner MitbewohnerInnen verbracht und manchmal auch mit meinen Arbeitskollegen. Diese haben beispielsweise eine Welcome und Farewellparty für mich organisiert. An den Wochenenden hat man die Möglichkeit Tagesausflüge zu machen bspw. nach Nikko oder Kamakura an den Strand. Es gibt in Japan außerdem viele Feiertage, die Wahrscheinlichkeit ist also hoch, dass man mind. ein verlängertes Wochenende während des Aufenthalts haben wird. Das bietet sich dann beispielsweise für einen Trip nach Osaka oder Kyoto an, wo man extrem gut mit dem Schnellzug (Shinkansen) gelangt.

10. Individuelle interkulturelle Erfahrungen

Während meines Aufenthalts in Japan sind mir zahlreiche interkulturelle Unterschiede aufgefallen, die ich persönlich als äußerst positiv empfand. Diese Aspekte haben nicht nur meinen Alltag bereichert, sondern auch meine Sicht auf bestimmte Themen geprägt. In Japan wird der Gemeinschaftssinn großgeschrieben. Es ist beeindruckend, wie wenig Egoismus im Alltag zu spüren ist und wie selbstverständlich die Menschen Rücksicht aufeinander nehmen. Sei es durch leises Verhalten in öffentlichen Verkehrsmitteln, um andere nicht zu stören, oder durch die Art, wie man im öffentlichen Raum miteinander umgeht – die Rücksichtnahme ist allgegenwärtig und schafft eine harmonische Atmosphäre. Die Pünktlichkeit der Züge und öffentlichen Verkehrsmittel ist ein weiterer Punkt, der mich in Japan begeistert hat. Egal ob zur Hauptverkehrszeit oder spät abends, man kann sich nahezu blind darauf verlassen, dass alles nach Fahrplan funktioniert. Das nimmt nicht nur Stress aus der Tagesplanung, sondern zeigt auch, wie organisiert und zuverlässig das System ist. Ein weiterer Aspekt, der mir positiv aufgefallen ist, ist die enorme Sicherheit in Japan. Ob nachts auf den Straßen oder in belebten Gegenden – das Gefühl von Sicherheit ist allgegenwärtig. Es ist erstaunlich, wie respektvoll die Menschen miteinander umgehen und wie selten man sich um persönliche Gegenstände sorgen muss. Die Automatenkultur in Japan ist einzigartig. An fast jeder Ecke findet man Verkaufsautomaten, die von Getränken über Snacks bis hin zu kuriosen Produkten alles anbieten. Ebenso faszinierend sind die Convenience Stores, die nicht nur rund um die Uhr geöffnet sind, sondern auch eine Vielzahl an frisch zubereiteten Speisen und nützlichen Alltagsgegenständen bereithalten. Sie sind ein echtes Highlight des japanischen Alltags und machen das Leben ungemein praktisch. Die Japaner haben eine sehr indirekte Kommunikation, das hat es am Anfang etwas schwer für mich gemacht. Als Beispiel: „Die Operation ist vorbei“ bedeutet: „Du kannst nach Hause gehen“. Daran muss man sich etwas gewöhnen.

11. Persönliches Fazit

Zusammenfassend würde ich das gesplittete Tertiär wieder in Japan machen. Weil man eben eher die Beobachterrolle hat, finde ich, dass zwei Monate völlig ausreichen. Dafür ist es eben sehr cool und hilfreich, dass es viele Skilltrainer gibt, wozu man in Deutschland nicht so regelmäßig die Möglichkeit hat. Ich würde es

jedem empfehlen, der großes Interesse an dem Land Japan hat. Kulturell und vor allem kulinarisch ist es natürlich ein absolutes Highlight

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?: Nein

.