

Erfahrungsbericht LMUexchange Medizin

Gastland, Universität: Japan, Hokkaido University	Zeitraum des Aufenthalts: 17.02. – 21.03.2025
Aufenthaltstyp (Semester, Famulatur, PJ, Forschung): Famulatur	Fach/Fächer: Plastische und rekonstruktive Chirurgie
Kontaktdaten (freiwillig)	
Name: Anna Lomidze	E-Mail: anna.lomidze01@gmail.com

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

Ich wollte schon seit Längerem nach Japan, weil ich seit einiger Zeit Japanisch lerne. Eine Famulatur über LMUexchange fand ich eine gute Gelegenheit, diesen Wunsch mit dem Studium zu vereinbaren. Ursprünglich hatte ich mich auf die Juntendo Universität in Tokyo beworben, weil ich gar nichts über unsere anderen Partnerstädte wusste, aber Tokyo ist sehr begehrt und so waren trotz meiner Bewerbung ein Jahr im Voraus keine Plätze frei. Mir wurde aber angeboten, nach Nagoya oder Sapporo zu gehen, und weil mir Hokkaido interessant vorkam und mir die Website der Hokkaido Uni gut gefallen hat, habe ich mich für Sapporo entschieden.

Die Bewerbung lief mit Hilfe des International Office problemlos, allerdings gab es von japanischer Seite aus *sehr* viel Papierkram zu erledigen – Japan ist ein Land mit viel Bürokratie. Außerdem wurde ich gebeten, die Famulatur auf fünf Wochen zu verlängern (statt vier, was im Februar ja möglich ist), was mich erst ein bisschen geärgert hat aber am Ende ganz gut war. Es gibt am Sprachenzentrum der LMU einen kostenlosen Japanischkurs einmal die Woche, den ich jedem dringend empfehlen würde! Auch nur ein Semester lohnt sich schon, um im Land viel besser klarzukommen, und außerdem sprechen in Japan nur wenige Menschen fließend Englisch. Ein bisschen Recherche zu den Umgangsformen in Japan würde ich auch empfehlen; keiner erwartet, dass man als Ausländer gleich alles richtig macht, aber es zeugt mMn. von Respekt, wenn man sich etwas vorbereitet.

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

Für Aufenthalte unter 3 Monaten benötigen deutsche Staatsbürger kein Visum.

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

Ich bin mit EVA Air über Taiwan geflogen, was super lief und sehr angenehm war. Flüge nach Japan können schnell teuer werden, und ich würde empfehlen, die Preise früh zu beobachten und zu buchen. Meinen Hinflug habe ich glaube ich 5 Monate vorher gebucht, und einen Monat vor dem Abflug war er etwa 300 Euro teurer!

- Auslandskrankenversicherung**

Die Gastuni verlangt einen Nachweis, dass man eine Auslandskrankenversicherung hat. Ich hatte bereits eine beim ADAC, die nicht sehr teuer ist und das Wichtigste abdeckt.

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

Es gibt an der Hokkaido University die Option, in einem Wohnheim unterzukommen. Das würde ich ganz dringend empfehlen! Als Ausländer eine Wohnung zu finden ist sehr schwierig, und die Wohnheime sind günstig, relativ nah an der Uni, und die gemeinschaftlich genutzten Räume werden mehrmals die Woche geputzt. Die Miete hat mich glaube ich etwa 350€ pro Monat gekostet. In meinem Wohnheim gab es kleine Apartments, die von je zwei Studenten genutzt wurden (private Schlafzimmern, gemeinsames Bad und Küche), aber da ich keine Mitbewohnerin bekommen hab, hatte ich praktisch eine kleine Wohnung für mich allein.

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.)

Die Famulatur wurde vom International Relations Office betreut, und der Kontakt war immer sehr freundlich. Ich habe mich auf die plastische Chirurgie beworben; ich habe zwar nicht vor, meinen Facharzt in dem Bereich zu machen, aber dachte mir, dass man sich hier viel visuell erschließen kann, wenn die Sprachkenntnisse mal nicht reichen (war dann auch so). Die Ärzte, die mich am engsten betreut haben, konnten gut Englisch, die meisten anderen hatten aber große Scheu die Sprache zu sprechen, sodass große Teile des Tages auf Japanisch liefen, mit vereinzelt Erklärungen für mich zwischendrin. Für mich war das in Ordnung, weil ich so Japanisch üben konnte, ansonsten hätte es aber schnell etwas langweilig werden können.

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

Ich habe vor Beginn der Famulatur einen Stundenplan bekommen, der dann aber nur grob zur Orientierung da war – meistens habe ich mich ganz flexibel mit den Ärzten abgesprochen.

Montag und Freitag war OP-Tag, hier durfte ich mich oft einwaschen. Allerdings meist zum Zuschauen, außer wenn mein direkter Betreuer operiert hat. Bei ihm habe ich wirklich viel üben dürfen, und er hat mir oft Bescheid gegeben, wenn große OPs anstanden, bei denen ich auch selber nähen durfte oder es etwas Spannendes zu sehen gab. An den anderen Tagen war vormittags in der Regel die Ambulanz eingeplant, hier habe ich mit den anderen Studenten zugesehen/zugehört, wie die Ärzte neue Patienten aufgenommen haben, oder Verlaufskontrollen bei bekannten Patienten unternommen haben. Man sieht viele Fälle in kurzer Zeit; wenn der Arzt aber nicht Englisch spricht, ist man auf Hilfe von den anderen Studenten oder eben die eigenen Sprachkenntnisse angewiesen. Hokkaido ist sehr ländlich, und die Leute kommen manchmal von weit her, um sich an der Uniklinik behandeln zu lassen – so sieht man manchmal richtig extreme Krankheitsbilder, die sich über einen langen Zeitraum entwickelt haben. Mittwochs gab es am Nachmittag immer eine Nahtübung mit den anderen Studenten in einer kleinen Gruppe. Das war wirklich hilfreich, um regelmäßig Nähen und Knoten zu üben, und hat mir im OP viel gebracht. Die betreuenden Ärzte wollten die Famulatur möglichst interessant gestalten, und haben darum auch zweimal Nahtübungen am Mikroskop angeboten, was echt super war.

Ich fand, dass die Zeit im Vergleich zu einer chirurgischen Famulatur in Deutschland körperlich weniger anstrengend war. Studenten in Japan beobachten mehr als wir; in der Regel können sie kein Blut abnehmen oder Ähnliches, und darum wird sowas auch nicht erwartet. Man hört und sieht zu, stellt Fragen, und macht ab und zu im OP mit, aber das sehr niederschwellig und mit viel Unterstützung. Mir wurde viel Freiraum gegeben; wenn ich wollte, bin ich bei langen OPs auch bis abends geblieben um nähen zu üben, und hatte dafür am Vormittag danach frei, und am Anfang, als der Jetlag mich ziemlich mitgenommen hat, durfte ich nach dem Mittagessen nach Hause. Überhaupt sind die meisten Tage am frühen Nachmittag vorbei gewesen, sodass ich jede Menge Freizeit hatte.

8. Anerkennung der erbrachten Leistungen

Mir ist eine Anerkennung wichtig, weil ich im Anschluss mein letztes klinisches Semester habe und dann das M2 schreibe. Ich wusste schon von Freunden, dass bei ihnen die Anerkennung einer japanischen Famulatur geklappt hat, und hab es darum probiert. Bei mir steht die Anerkennung aber noch aus, weil mein Famulaturzeugnis per Post von Sapporo nach München geschickt wird.

9. Freizeit und Alltag

Ich hatte unter der Woche ausreichend Freizeit, und habe die Zeit genutzt, um Sapporo zu erkunden. Die Stadt hat mit dem Viertel Susukino das drittgrößte Unterhaltungsviertel in Japan, mit vielen Bars, Restaurants und Geschäften. Nachts sollte man als Frau eher nicht allein dort unterwegs sein, wurde mir von den anderen Studentinnen gesagt; es gibt wohl Orte, die mehr Richtung Rotlichtszene gehen. Man kann dort unglaublich gut essen gehen; Sapporo ist berühmt für Miso Ramen und Soup Curry, beides Gerichte die besonders im kalten Winter guttun. Es gibt viele versteckte Cafés mit ganz besonderen Desserts, und in Sapporo gönnen sich Freunde nach dem Feiern oder Essen gehen gerne noch ein Parfait als Abschluss – die sind dann aufwändig dekoriert und haben ganz viele verschiedene Bestandteile, die unglaublich lecker sind.

An den Wochenenden habe ich meistens kurze Trips unternommen. Hokkaido hat die schönste unberührte Natur im ganzen Land - es gibt viele Naturschutzgebiete, Berge und heiße Quellen, und man kann ganz toll Ski fahren. Ich selber fahre leider kein Ski, aber mir wurde von jedem, den ich getroffen hab, egal aus welchem Land er kam, gesagt, dass Hokkaido den besten Pulverschnee der Welt hat. Es gibt mehrere interessante Städte, die gut mit dem Zug erreichbar sind; im Sommer wäre Auto fahren meiner Meinung nach auch eine gute Option (im Februar war es so verschneit, dass ich mich das nicht getraut hab). Deutsche können mit einer Übersetzung des Führerscheins in Japan Auto fahren; die kann man sich in Deutschland vom ADAC anfertigen lassen oder auch vor Ort in Japan, glaube ich. Man muss sich nur ein bisschen an den Linksverkehr gewöhnen.

10. Individuelle interkulturelle Erfahrungen

Ich hatte großes Glück, dass ich mich mit den Medizinstudentinnen, die in meiner ersten Woche auf Station waren, sehr gut verstanden hab, sodass ich sofort Freundinnen gefunden hab. Allerdings sind die meisten Japaner eher zurückhaltend, und ohne meine Sprachkenntnisse hätte ich bestimmt nicht so viele Kontakte knüpfen können (meine Freundinnen meinten hinterher selbst, dass sie sich sonst deutlich schwerer getan hätten, auf mich zuzugehen). Auch mit manchen meiner Dozenten und der Sekretärin der Abteilung habe ich mich gut verstanden, und wurde ab und zu außerhalb der Klinik zum Essen bzw. einmal auf einen Ausflug eingeladen. Dadurch, dass ich nur in der plastischen Chirurgie war, kann ich schlecht einschätzen, ob das auf anderen Stationen auch so gelaufen wäre.

Als ich an den Wochenenden und nach der Famulatur auf Reisen war, bin ich oft abends in den Izakayas, traditionellen Kneipen, mit den Besitzern und anderen Gästen ins Gespräch gekommen (eher auf Japanisch). Das war für mich im Norden Japans aber deutlich leichter als im Süden, weil die Städte dort nicht ganz so sehr von Touristen überrannt sind, und ich oft mit wenigen Leuten allein war, sodass die Atmosphäre etwas intimer war.

Ich habe oft in kleinen Hostels und Gasthäusern übernachtet; hier gab es öfter Gäste, die Englisch konnten, und die von sich aus auf mich zugegangen sind, um ein Gespräch anzufangen. Wenn die Leute mitbekommen, dass man am Land interessiert ist, überlegen sie sich eigentlich sofort, was sie für tolle Reiseziele und Sehenswürdigkeiten empfehlen können, sodass ich oft tolle Tipps von anderen Reisenden bekommen hab. Diese Erfahrungen waren sehr wertvoll; mit einigen, die ich getroffen habe, bin ich immer noch in Kontakt.

11. Persönliches Fazit

Man kann in Japan eine wirklich tolle Zeit haben, auch wenn man kein Japanisch kann. Es gilt aber in Japan genau wie in jedem anderen Land, dass man einfach besser Zugang findet, wenn man auch nur Grundkenntnisse in der Landessprache hat, und den Menschen vermitteln kann, dass man sich für sie und ihre Kultur interessiert. Das ist nur meine Meinung, aber die paar Sätze und Schriftzeichen, die man nach einem Semester Japanisch am Sprachenzentrum kann, machen schon einen richtigen Unterschied – darum würde ich eine Teilnahme nochmals sehr empfehlen.

Was die Medizin angeht, habe ich vor allem meine Skills im OP verbessern können. Wer aber Dinge wie Blutabnehmen oder Zugänge legen üben will, die für deutsche Studenten zum Alltag gehören, wird dazu in Japan eher keine Gelegenheit bekommen. Ich weiß schon, welchen Facharzt ich machen will und habe in meinem Minijob genug Übung in solchen Dingen, darum war das für mich ok. Mein Interesse lag in großen Teilen am Gastland an sich.

Für mich war diese Famulatur das Highlight meines Studiums. Ich hatte schon lange den Wunsch, nach Japan zu reisen, aber die letzten Wochen sind viel besser gelaufen, als ich es mir erhofft hatte. Sowohl die Zeit in der Klinik, als auch außerhalb mit meinen Freunden, Dozenten und anderen Reisenden war wirklich einmalig und voller neuer Erfahrungen. Japan besitzt eine riesige Fülle an interessanten Gerichten, schönen Landschaften und ungewöhnlichen Bräuchen, die es sich lohnt, zu erleben. Ich bin total dankbar für die Zeit, und es gibt viele Momente, an die ich mich gern zurückerinnere.

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?)