

## Angaben zum Auslandsaufenthalt (Pflicht)

Gastland, -stadt, -universität/einrichtung: <b>Japan, Tokio, The Jikei University of Medicine</b>	Zeitraum des Aufenthalts: <b>17.11.2025 – 09.01.2026</b>
Aufenthaltstyp (Studium, Praktikum, Forschung): <b>PJ- gesplittetes Tertial</b>	Studienfächer: <b>Chirurgie (4 Wochen Thoraxchirurgie, 4 Wochen Viszeralchirurgie)</b>

## Kontaktdaten (freiwillig)

Name: Isabell Moter	E-Mail: Isabell.moter@gmail.com
------------------------	------------------------------------

- 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...)

Die Organisation seitens des International Office der LMU in München war hervorragend und klar strukturiert. Dennoch sollte man sich frühzeitig um die LMUexchange-Bewerbung kümmern. Ein wichtiger Punkt für die Planung: Während die Münchner Seite alles zeitig organisiert hatte, kamen konkrete Details aus Japan erst sehr kurzfristig. So erfuhr ich beispielsweise erst unmittelbar vor der Abreise bzw. vor Ort und auf Nachfrage, dass ich in einem Einzelzimmer untergebracht werde, dass Handtücher sowie Bettwäsche gestellt werden und wie hoch die Kosten dafür genau sind (80.000 Yen für 8 Wochen). Da ich mir nach dem zweiten Staatsexamen ein halbes Jahr Auszeit genommen hatte, konnte ich bereits drei Wochen vor PJ-Beginn nach Japan fliegen. Diese Zeit zum Reisen vorab kann ich jedem nur wärmstens empfehlen, um das Land in Ruhe kennenzulernen.

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

Deutsche Staatsbürger benötigen für einen Aufenthalt unter 90 Tagen kein Visum.

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

Bei frühzeitiger Buchung sind die Flüge erschwinglich. Ich bin sehr günstig mit Air China geflogen, wobei die Website etwas gewöhnungsbedürftig ist. Nach der Landung in Narita gestaltete sich die Fahrt nach Tokio mit Google Maps und der digitalen Suica-Card auf dem Smartphone sehr einfach. Für den Weg vom oder zum Flughafen Haneda empfehle ich die Monorail ab der Station Hamamatsucho (ca. 15 Minuten Fußweg von

der Jikei entfernt). Die Fahrt dauert lediglich 30 Minuten und bietet eine spektakuläre Aussicht.

#### 4. Auslandskrankenversicherung

Ich war regulär ohne Zusatzkosten über meine Krankenkasse im Ausland versichert.

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

Ich war im „Nurse Dormitory“ direkt auf dem Krankenhausgelände im 8. Stock untergebracht. Die Lage ist phänomenal: Man hat eine fantastische Aussicht auf den Tokyo Tower und spart in dieser zentralen Lage ein Vermögen an Miete. Das Zimmer war sehr sauber und top gepflegt. Ein toller Service: Handtücher und Bettwäsche waren vorhanden und wurden jeden Montagmorgen zum Waschen abgeholt. Zwei Dinge sollte man jedoch wissen: Das Kopfkissen ist mit einem Kirschkernkissen vergleichbar und die Bettdecke recht dünn, was es nachts trotz der gut funktionierenden Heizung manchmal kühl werden ließ. Außerdem gibt es im Wohnheim kein WLAN und männlicher Besuch ist strengstens verboten.

### 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.)

Die Betreuung vor Ort war sehr gut organisiert und ausgesprochen freundlich. Schon vor meiner Abreise gab es einen netten Kontakt per E-Mail. An meinem ersten Tag wurde mir vom Personal des International Office alles gezeigt, und am zweiten Tag wurde ich direkt im Surgery Office von einem der Ärzte in Empfang genommen, der mir alle wichtigen Abläufe erklärte. Besonders die japanischen Medizinstudierenden haben mir sehr geholfen. Auch wenn sie aufgrund mangelnder Englischkenntnisse teils etwas schüchtern sind, waren sie extrem hilfsbereit, gaben mir wertvolle Tipps, erklärten oder übersetzten OP-Schritte und gaben Empfehlungen für Restaurants und Ausflüge. Eine der bereicherndsten Einrichtungen war das International Café, das jeden Montag um 12:30 Uhr stattfindet. Hier kommen lokale und internationale Studierende zusammen. Entweder halten ausländische Studierende eine kurze Präsentation über sich, ihre Heimat und das jeweilige Gesundheitssystem bzw. den Uni-Alltag, oder japanische Studierende stellen im Rahmen eines Journal Clubs Paper vor. Die Atmosphäre ist wirklich international; in den acht Wochen lernte ich Studierende aus Australien, Singapur, Taiwan, Indonesien, Österreich, der Schweiz und Saudi-Arabien kennen. Es ist ein großartiger Ort, um Freunde zu finden, und die Vorträge sind sehr spannend. Wir waren gemeinsam essen und in einer Karaoke-Bar. Mit einer japanischen Studentin, die ich dort kennengelernt habe, unternahm ich zudem einen tollen Ausflug nach Kamakura.

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

In Japan beschränkt sich die Rolle der Studierenden überwiegend auf die eines Beobachters. Selbst für lokale japanische Studierende ist aktives Mitwirken eher selten

vorgesehen. In meinen acht Wochen durfte ich mich jedoch etwa viermal einwaschen, beim Nähen assistieren und bei einer Sleeve-Gastrektomie die Kamera führen. Da in der Thoraxchirurgie fast ausschließlich mit dem DaVinci-Roboter operiert wird, gibt es technisch gesehen kaum Aufgaben für Studierende. Der OP-Plan war insgesamt eher entspannt mit meist ein bis zwei Eingriffen pro Tag. In der Thoraxchirurgie lag der Fokus auf Montag bis Mittwoch, was mir ausreichend Zeit für die Nachbereitung und Freizeit ließ.

## **8. Anerkennung der erbrachten Leistungen**

Ich habe mir die japanischen Stempel bisher noch nicht übersetzen lassen und bin gespannt, wie die Anerkennung durch das Prüfungsamt verlaufen wird.

## **9. Freizeit und Alltag**

Meine Reise vor dem PJ-Start führte mich nach Kyoto, Hiroshima (das Memorial Museum und die kostenlose Führung durch den Memorial Park sind sehr empfehlenswert) und zum Wandern nach Hakone, von wo aus man einen tollen Blick auf den Mount Fuji hat. Mein persönlicher Favorit war jedoch die Kunstinsel Naoshima. In Tokio selbst habe ich die verschiedenen Viertel entdeckt, Sehenswürdigkeiten und Museen besucht und am Wochenende gerne Zeit auf dem Flohmarkt am Oi Racecourse verbracht. Auch den Ausflug nach Kamakura kann ich sehr empfehlen. Ein wichtiger Hinweis für die Reisekasse: Die Kosten für den Shinkansen sollte man nicht unterschätzen, da die Fahrten recht teuer sind. Man muss sich schnell daran gewöhnen, nicht alles sehen zu können. Ich hatte nach den acht Wochen immer noch das Gefühl, nur einen Bruchteil von Tokio und Japan gesehen zu haben, und möchte jetzt schon wieder zurück.

## **10. Individuelle interkulturelle Erfahrungen**

Die japanische Gesellschaft war für mich während meines Aufenthalts geprägt von faszinierenden Widersprüchen und Paradoxen. Auf der einen Seite erlebt man ein technologisch hochmodernes Land, auf der anderen Seite begegnet man, besonders im Berufsalltag, sehr traditionellen und teils festgefahrenen Strukturen. Besonders deutlich wurde mir dies in der Viszeralchirurgie, in der ich während meiner gesamten Zeit keine einzige Chirurgin gesehen habe. Die allgegenwärtige Höflichkeit und die strikte soziale Etikette empfand ich im Alltag als sehr angenehm, da sie das Zusammenleben in einer Metropole wie Tokio extrem reibungslos gestalten. Gleichzeitig wirkte diese Disziplin jedoch oft etwas gezwungen. Ich hatte den Eindruck, dass viele Abläufe und Hierarchien von den Menschen vor Ort kaum hinterfragt werden, vermutlich weil dies als unhöflich oder respektlos empfunden würde. Trotz dieser kulturellen Distanz habe ich mich in Tokio zu jeder Tages- und Nachtzeit absolut sicher gefühlt. Die Gastfreundschaft der Professoren war bemerkenswert. Ein einschneidendes und sehr prägendes Erlebnis war mein erstes Erdbeben, das ich im 8. Stock des Wohnheims miterlebte. Während mich das Erbeben völlig unvorbereitet traf und ehrlich gesagt erschreckte, blieben meine japanischen Mitmenschen vollkommen unbeeindruckt. Das sollte man vielleicht auch im Hinterkopf haben, wenn man nach Japan fliegt.

## **11. Persönliches Fazit**

Mein Aufenthalt in Japan war eine unvergessliche Erfahrung, die ich nicht missen möchte. Man muss sich jedoch darüber im Klaren sein, dass der klinische Lerneffekt nicht mit einem deutschen PJ vergleichbar ist, da man praktisch kaum selbst Hand anlegt. Dafür gewinnt man tiefe Einblicke in ein hochmodernes Gesundheitssystem und eine völlig andere Kultur. Für mich war die Entscheidung das Tertial zu splitten ideal: So konnte ich die faszinierende Kultur und das internationale Umfeld in Tokio genießen, ohne auf die praktische Ausbildung zu verzichten, die ich dann im anderen Teil meines Tertials nachholen konnte.

## 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?)