

Erfahrungsbericht LMUexchange Medizin

Gastland, Universität: Japan, Jikei University	Zeitraum des Aufenthalts:
Aufenthaltstyp (Semester, Famulatur, PJ, Forschung): PJ	Fach/Fächer: Chirurgie

Kontaktdaten (freiwillig)

Name: Charlotte Herold	E-Mail: charlotte.herold@campus.lmu.de
------------------------	--

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

VORBEREITUNG

1. Allgemeine Tipps zur Planung

Dass ich für mein PJ nach Japan gehen wollte, war für mich schon recht früh klar und der singuläre Antriebsgrund für einen guten Notenschnitt im klinischen Abschnitt. Unter den Optionen innerhalb Japans habe ich mich wegen der positiven Erfahrungsberichte und dem Wohnheim für die Jikei entschieden.

Ich würde empfehlen, das halbe Tertial auf den Frühling oder Herbst zu legen um die Kirschblüten/Herbstlaubfärbung erleben zu können und die Tokioter Sommerhitze zu umgehen.

Die Bewerbung über LMU Exchange fand für mich etwa 1.5 Jahre vor meinem Aufenthalt statt, sich frühzeitig zu informieren lohnt sich also. Hat man das Glück, von der LMU nominiert zu werden, darf man sich dann ein paar Monate später über das Bewerbungsportal der Jikei anmelden. Alle Informationen hierzu findet ihr auf der Website: <https://jikeicia.jp/programme.html>

Ich habe als Vorbereitung 2 Semester lang den Sprachkurs der LMU besucht, was mich eigentlich sehr gut durch den Alltag gebracht hat. Sollte die Zeit dafür nicht reichen, würde ich auf jeden Fall empfehlen, Hiragana und Katakana (die beiden phonetischen Schriftsysteme) zu lernen, um sich ein bisschen besser zurechtzufinden, auch wenn man ohne Kanji-Kenntnisse leider immer noch recht alphabetisch dasteht.

2. Visum

Ein Visum ist erst ab einer Dauer von 90 Tagen nötig, allerdings kann man für die „Fast-Track-Immigration“ schon im Vorhinein einen QR-Code generieren lassen (<https://services.digital.go.jp/en/visit-japan-web/>). In meinem Fall wäre man schneller durch die Schlange gekommen, wenn man die Informationen vor Ort auf Papier angegeben hätte, aber ich denke das ist Glückssache.

3. Anreise

Wer auf die Transsibirische Eisenbahn und eine 2-tägige Fährnfahrt verzichten will, kommt um den Flug nicht herum. Ich bin mit Air China geflogen und war bis auf den Verlust meiner Powerbank an den chinesischen Zollbeamten recht zufrieden. Wenn möglich würde ich einen Flug über Haneda statt Narita Airport empfehlen, da dieser deutlich besser erreichbar ist.

Ich habe eine E-Sim von RedTeaGo benutzt, da diese den günstigsten Tarif hatte, den ich gefunden habe (18,53 \$ für 30 GB für 90 Tage, Rabattcode „CHAR0453“ für -3\$ extra :)

4. Auslandskrankenversicherung

Meine Krankenversicherung deckt mich im Ausland ab, allerdings solltet ihr darüber hinaus noch sichergehen, ob eure Haftpflichtversicherung auch im Ausland greift. Ich habe meine kostenlos über die Deutsche Ärzte Finanz bekommen, soweit ich weiß geht das aber auch über den Marburger Bund!

5. Unterkunft

Für günstige 10.000 Yen (Umgerechnet je nach Kurs etwa 55 Euro) pro Woche kann man in dem Schwesternwohnheim unterkommen. Dieses ist direkt neben dem Krankenhaus und auch öffentlich recht gut angebunden. Man bekommt ein vollmöbliertes Zimmer mit Balkon, kleinem Bad und Küchenseite. Am Montag werden Bettwäsche und Handtücher abgeholt, für die eigenen Klamotten gibt es auf dem Stockwerk Waschmaschinen und Trockner. WLAN gibt es nicht auf dem Zimmer, allerdings kann man dafür gegenüber in die Bibliothek (oder außerhalb der Öffnungszeiten in den Aufenthaltsraum davor) gehen. Diese bietet auch private Räume an, solltet ihr eins für ein Meeting benötigen.

IHR AUFENTHALT AN DER GASTEINRICHTUNG

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

Die Organisation der Jikei ist fantastisch. Man erhält alle nötigen Informationen früh genug, auf Rückfragen wird schnell und freundlich eingegangen und bei Problemen wird stets umfangreiche Hilfe angeboten.

Bei der Bewerbung kann man drei chirurgische Fachbereiche angeben (Achtung, dass ihr kein spezialchirurgisches Fach wählt!), von denen einem dann zwei für jeweils 4 Wochen zugeteilt werden. Allerdings darf man eigentlich auch jederzeit in Absprache mit den Ärzten bei „fachfremden“ Operationen zuschauen.

Am Montag findet das wichtigste Event der Woche statt: das International Cafe. Hier treffen sich alle Austauschstudierende und motivierte Jikei Studis, was die beste Möglichkeit ist, in der Uni Anschluss zu finden. In der letzten Woche des Aufenthaltes soll man einen kurzen Vortrag über seine Erfahrungen halten; gibt es an einem Tag keine Präsentation, quatscht man einfach für ein/zwei Stündchen über beliebige Themen.

Auch wenn die Unterrichtssprache für uns offiziell Englisch ist, helfen grundlegende Japanischkenntnisse enorm. Beispielsweise findet die Frühbesprechung jeden Montag ausschließlich auf Japanisch statt, bei der man sich in der ersten Woche vorstellen muss und in den kommenden Wochen mit Anekdoten vom Chief of Surgery und Case Discussions berieseln lässt.

Mein Japanisch hat gereicht, mir etwaigen Inhalt erschließen zu können und auch ein paar der Witze zu verstehen, worüber ich sehr froh war.

7. Beschreibung des akademischen Inhalts Ihres Aufenthaltes

Wie von einem privaten Klinikum zu erwarten ist das medizinische Niveau an dem Jikei University Hospital sehr hoch. Gerade in der Thoraxchirurgie gab es beispielsweise viele DaVinci Operationen zu bestaunen, was ich sehr faszinierend fand. Im OP herrscht eine überraschend flache Hierarchie und ein wertschätzender Umgang mit der Pflege, generell ist alles sehr strukturiert und ruhig.

Man muss sich allerdings darüber klar sein, dass man nur schwer über die Beobachterrolle hinauskommt: japanische Studierende dürfen im Regelfall nicht mal Blut abnehmen, geschweige denn chirurgisch Hand anlegen. Für mich war das optimal und mit einer der Gründe, warum ich für mein PJ nach Japan wollte, aber ich kann mir vorstellen, dass das für viele ein Ausschlusskriterium ist.

Wie viel man tatsächlich lernt ist sehr von den anwesenden Chirurgen abhängig. Der Chef der Thoraxchirurgie hat sich beispielsweise am ersten Tag zu mir in den OP gesetzt und mir die Schritte einer Lobektomie erklärt, eine strukturierte Lehre gab es darüber hinaus aber nicht. Viele der Chirurgen und Studierenden sind sehr unsicher mit ihrem Englisch und erklären demnach eher ungerne. Wenn man nett fragt, findet sich aber oft jemand der mit Händen, Füßen und ChatGPT den Eingriff erklärt und irgendwann weiß man, an wen man sich mit Fragen wenden kann.

8. Anerkennung der erbrachten Leistungen

Ich würde auf jeden Fall empfehlen die Bescheinigungen mit ein bisschen Vorlauf abzuholen, um die Möglichkeit zu haben ein Dokument neu ausstellen zu lassen, sollte ein falscher Stempel sein Antlitz zieren.

Da die Stempel auf Japanisch sind und für den Laien wenig Rückschluss auf ihren Inhalt bieten, müsst ihr diese übersetzen lassen. Hierbei gibt es keine Vorgabe zur Form, nur dass sie von einem „von einem deutschen Gericht öffentlich bestellten Übersetzer/Dolmetscher“ stammen.

Die Anrechnung ist bei mir reibungslos verlaufen und hat für meine beiden halben Auslandstertiale 30 € gekostet. Ein nachträgliches Ausstellen von Dokumenten durch die Jikei ist aber von dem, was ich gehört habe, recht schwierig. Geht also lieber sicher, dass ihr vor Abreise alles vollständig habt!

9. Freizeit und Alltag

Da der Arbeitstag meistens am frühen Nachmittag endet und an manchen Tagen gar keine OPs stattfinden, hat man genug Zeit Tokyo zu entdecken. Auch wenn ich durch zahlreiche Besuche von Freunden und Familie auch das ganze Touristenprogramm durchgemacht habe, hatte ich die besten Erfahrungen, wenn ich fernab der viel bereisten Straßen planlos durch die Gegend mäandert bin. So habe ich zum Beispiel einen Froschtempel, eine „Rabbit-run“ Wiese (Wie eine Hundewiese, nur für Kaninchen!) und ein super gemütliches Baumhaus-themed Cafe gefunden.

Auch im Tokioter Umland gibt es viel zu erleben, die lokalen Züge (Shinkansen ist zwar schnell, aber auch teuer!) bringen einen günstig und verlässlich in die umliegenden Städte. Meine Empfehlungen: Yokohama, Kamakura/Enoshima und die Halbinsel Izu.

Es gibt aber auch sehr günstige Inlandsflüge für einen Wochenendtrip, ich bin beispielsweise an der Nordseite von Shikoku entlanggereist und war mit meiner Familie für ein paar Tage auf Kyushu.

10. Individuelle interkulturelle Erfahrungen

Tokyo ist wirklich eine großartige Stadt; ich habe mich immer sicher gefühlt, es ist sehr organisiert und die Japaner waren extrem höflich und zuvorkommend. Sowohl kulturell als auch landschaftlich hat die Stadt immens viel zu bieten und bietet zwischen den neonbeleuchteten Gassen und Jahrhunderte alten Tempeln ein abwechslungsreiches und facettenreiches Erlebnis, das zur Immersion einlädt.

Die Studierenden, die ich auf Station oder im OP kennengelernt habe, waren leider meist etwas schüchtern (was oft an dem fehlenden Vertrauen in die eigenen verbalen Englischkenntnisse liegt, der Fokus liegt in der Lehre mehr auf Schreiben und Lesen als Sprechen), aber im International Café habe ich ausgesprochen tolle Jikei Studis kennengelernt, mit denen ich auch viel unternommen habe und die ich jetzt schon sehr vermisse.

Während ich aus der Innenstadt gewohnt war, dass einem mit an Distanziertheit grenzender Höflichkeit entgegengetreten wird, habe ich in ländlicheren Gegenden super herzliche Menschen getroffen, die trotz meines eher brüchigen Japanisch begeistert ihre Kultur mit mir geteilt, mich zum Tee eingeladen, mir traditionelle Tänze beigebracht oder kritisch über gesellschaftliche Probleme (wie etwa strukturellen Sexismus oder Rassismus, die in Japan teils noch stark ausgeprägt sind) diskutiert haben.

Alles in allem hat mich Japan mit all seinen Quirks sofort in seinen Bann gezogen und mir in vielen Aspekten wertvolle Denkansätze mitgegeben.

11. Persönliches Fazit

Ich hatte eine sehr schöne Zeit in Japan, in der ich jeden Tag etwas Neues entdeckt, großartige Leute kennengelernt und trotzdem auch medizinisch viel mitgenommen habe. Ich kann das PJ jedem empfehlen, der keine chirurgische Karriere anstrebt und eine aufregende Kultur kennenlernen möchte, ohne sich (insbesondere als weiblicher Solo Traveller) Sorgen um Sicherheit oder Gesundheit machen zu müssen.

Mein Tipp: Nutzt das Privileg, so viel Zeit in Tokyo verbringen zu können, um die Standard-Touristenattraktionen zu skippen und selbst neue Orte zu entdecken. Im Nachhinein bereue ich fast, an den Wochenenden weggereist zu sein, da ich gerne noch mehr obskure Ecken gefunden hätte. Die 2 Monate sind für mich viel zu schnell vergangen :(

