

Erfahrungsbericht Tokyo

Halbes PJ-Tertial: Innere Medizin am Keio University Hospital, Tokyo, Japan

Departments: Nephrologie

 Kardiologie

 Cancer Center (Division of Research and Development for Minimally Invasive Treatment)

Tokyo

Zur Kultur Japans schreib ich euch jetzt keinen Roman. Die solltet ihr selbst erleben. Ich fands einfach umwerfend. Das Leben in Tokyo ist faszinierend. Zum Teil hatte man das Gefühl in einer gemütlichen Kleinstadt zu sein – dann drei Straßen weiter wurden einem von Hochhäusern und Werbetafeln der Kopf verdreht. Von Yotsuya sanchohme/ Daikyocho aus kommt man fußläufig nach Shinjuku und Shibuya (zwei der größten Ausgehviertel). Das heißt, selbst wenn man die letzte Bahn sausen lässt, muss man kein überteuertes Taxi nach Hause nehmen. Mein Lieblingsviertel war allerdings Shimo-Kitazawa, wo viele Studenten leben, es nette Bars und unendlich viele Secondhand-Läden gibt.

Organisatorisches

Meine Bewerbung erfolgte im Rahmen der üblichen Fristen über das ZibMed. (<https://medfak.uni-koeln.de/20400.html>)

Über die Webseite der Keio University könnt ihr euch zusätzlich informieren. (<http://www.med.keio.ac.jp/en/admissions/clinical-elective/index.html>)

Für die Bewerbung braucht ihr außerdem:

- Englisch-Sprachzertifikat (nicht älter als 2 Jahre): DAAD Sprachzertifikat über das Sprachlabor der Uni Köln ist hierfür ausreichend
- Motivationsschreiben an die Keio University
- Betriebsärztliche Untersuchung auf Tuberkulose
- Letter of Recommendation über das ZibMed
- Kopie des Reisepasses - dieser muss bei Ausreise noch ein halbes Jahr gültig sein
- Min. 2 Passfotos

Ihr braucht weiterhin eine Auslandskranken- sowie eine Haftpflichtversicherung, die man gut bei der Ärztefinanz abschließen kann.

Da ihr nur für 8 Wochen reist, braucht ihr kein Visum beantragen, sondern geltet als Touristen und könnt einfach einreisen. Den Flug hab ich über STA Travel gebucht. Der Flugpreis 825€ mit Cathay Pacific (gute chinesische Airline) war etwas teurer, da ich zu Beginn sowie zum Ende des Tertials ein paar Tage in Hongkong verbrachte. Insgesamt konnte ich 30kg Gepäck plus 8kg Handgepäck mitnehmen.

Vor der Reise habe ich versucht mir etwas Japanisch beizubringen. Es gibt jeweils Hiragana und Katakana Apps, die mir sehr geholfen haben, die beiden Alphabeten vorher zu lernen. Das muss man nicht unbedingt, da vor allem in Tokyo auch zumeist englische Übersetzungen gibt. Mir hat das aber zur besseren Orientierung geholfen. Außerdem hab ich mir ein Anfänger-Sprachbuch gekauft, um schon ein paar Floskeln Japanisch vorab zu lernen. Dort könnt ihr dann einmal pro Woche den Japanisch-Kurs besuchen, der von sehr netten Damen angeboten wird.

Schon vor Beginn des Tertials wird sich Mrs. Yumi Kudo mit euch in Verbindung setzen. Sie ist eure Ansprechpartnerin während der gesamten Zeit und plant auch eure Rotation, für die ihr Wünsche angeben könnt. Bewertet euch auch frühzeitig für das Dorm „Residence Daikyocho“ (begrenzte Plätze), da es mit 16€ pro Nacht die günstigste Alternative ist. Der volle Betrag muss am Ende bar gezahlt werden. Und auch nur 3 Minuten Fußweg vom Krankenhaus selbst. Im Dorm bekommt ihr alles gestellt, inklusive Internet und Bettwäsche, nur Handtücher müsst ihr selber mitbringen. Kleines eigenes Bad inklusive Fön, kleine eigene Küche mit Ausstattung, Waschmaschine... sind ebenfalls vorhanden. Ihr könnt den Schlüssel schon in der Woche vor PJ-Start bis einschließlich Freitag etwa 16 Uhr abholen. Kommt ihr erst Samstag oder Sonntag an, bucht euch bis Montag eine Unterkunft.

Ach ja: vergesst nicht, an den Splittingantrag zu denken!

Mobilität

Ich bin am Narita angekommen. Wenn man sich direkt eine Pasma- oder Suica-Karte auflädt, kann man für wenig Geld die Metro Local Line nach Tokyo nehmen. Mit der Karte geht man einfach durch die Ticketkontrollen und dann wird der fällige Betrag beim Verlassen der Zielstation unkompliziert abgebucht. Die öffentlichen Verkehrsmittel sind in Tokyo wirklich gut ausgebaut und man muss keine Sorge haben sich zu verfahren. Die Karte kann man am Ende wieder abgeben und bekommt auch den Deposit von 500 Yen erstattet.

Solltet ihr Reisen wollen, müsst ihr schon in Deutschland den Japan Railpass-Gutschein erstehen, den man dann in Japan einlösen kann. Damit ist das Reisen mit dem Shinkansen möglich und man hat eine gute und ermäßigte Anbindung in alle Teile Japans. Lohnt sich allerdings nur, wenn man viele Zwischenstationen auf der Reise plant.

Im Keio University Hospital

Am Montag (PJ-Start) geht ihr zu Ms. Kudo ins Büro, die euch nochmal einweist und euch die Zugangskarte und Telefon fürs Krankenhaus gibt und euch auf eure erste Station bringt. Termine mit den Leitern eurer Rotationsstationen müsst ihr erst ab dem zweiten Teil machen.

Von den drei Departments kann ich vor allem die Nephrologie sehr empfehlen. Ich hatte einen Stundenplan und jeden Tag verschieden Unterrichtsstunden durch die Ärzte, die sich alle viel Mühe gegeben haben, ihre Expertise inklusive Forschung an mich weiterzugeben. In der Kardio konnte ich mir aussuchen, was ich gerne sehen möchte und konnte verschieden Procedere wie Mitra-Clips und TAVI anschauen oder auch Ablationen. Die Stationsärzte, die für mich zuständig waren, waren allerdings oft sehr beschäftigt und fanden es, glaube ich, anstrengend, mir ihre Patienten auf Englisch zu erklären, obwohl sie sich natürlich auch sehr bemüht haben. Das Cancer Center war initial sehr interessant, weil dort minimalinvasiv gastro- und koloskopisch Tumoren entfernt werden, doch zwei Wochen lang tagein tagaus dasselbe Procedere zu sehen, war für meinen Lernfortschritt nicht besonders förderlich.

Insgesamt hatte ich wenig Patientenkontakt und konnte praktische Fähigkeiten, die von uns in Deutschland erwartet werden, gar nicht trainieren, da in Japan Studenten ausschließlich beobachtende Funktion haben. Wenn man allerdings interessiert nachfragt, sind alle Ärzte immer bemüht mit oder ohne Sprachbarriere, einem etwas zu erklären. Ich hab mich in der gesamten Zeit immer herzlich Willkommen gefühlt und viele nette Ärzte und Studenten kennengelernt, mit denen man dann zusammen Mittags lunchen geht.

Mittwochs ist wöchentlich der Japanischkurs, der mir sehr viel Spaß gemacht hat. Neben Grundkenntnissen lernt man auch viel über die Kultur und erhält nützliche Reisetipps.

Fazit

Schaut es euch selbst an! Echt eine Erfahrung wert... Besonders die japanische Höflichkeit und Gastfreundschaft haben mir imponiert. Die Sprachbarriere sollte euch dabei nicht abschrecken, da alle Ärzte und auch sonst eigentlich alle Japaner bemüht sind einem zu helfen und herzlich aufzunehmen.