

Aufenthaltsbericht, PJ-Tertial Chirurgie an der Keio University in Tokyo, September bis November 2022

Allgemeines/Vorbereitung des Aufenthalts

Schon früh wusste ich, dass ich im Rahmen des PJs für eine Zeit ins Ausland gehen möchte. Zuvor war diese Möglichkeit, auch aufgrund der Pandemie, nicht aufgekommen.

Beim Studieren der Internetseite des Zentrums für Internationale Beziehungen (ZIB Med), erfuhr ich, dass meine Heimatuniversität, die Universität zu Köln, ein Partnerabkommen mit der Keio University in Tokyo hat. Da ich schon immer von Japan, seiner Sprache und Kultur fasziniert war, entschied ich mich, mich zu bewerben. Ein halbes Jahr vor dem Aufenthalt reichte ich beim ZIB Med meine Bewerbung ein. Außerdem reichte ich ein ärztliches Gutachten, sowie ein Motivationsschreiben gerichtet an das ZIB Med und die Keio University und einen Sprachnachweis in Englisch, ein. Etwa 2 Monate vor Beginn des Praktikums erhielt ich dann eine Zusage vom International Office der Keio University.

Da die Keio University nur einen 2-monatigen Aufenthalt erlaubt, entschied ich mich das Chirurgie-Tertial, welches gewöhnlich 4 Monate dauert, in zweimal 2 Monate zu splitten. An der Keio University verbrachte ich daher insgesamt 2 Monate und rotierte für jeweils einen Monat in die Allgemein Chirurgie und Viszeralchirurgie und in die Plastische Chirurgie.

Vor dem Aufenthalt musste ich ein Visum bei der Japanischen Botschaft in Düsseldorf beantragen. Normalerweise haben Deutschland und Japan ein bilaterales Abkommen, welches erlaubt für 3 Monate ohne Visum zu verreisen. Dies hatte sich aber aufgrund der Pandemie geändert. Abgesehen davon besuchte ich frühzeitig Ich einen Reisemediziner und holte alle notwendigen Impfungen nach. Alle benötigten Versicherungen ließen sich problemlos und kostenfrei mithilfe des Marburger Bunds abschließen.

Ankunft in Japan und Tipps

Ich erreichte Japan im Spätsommer. Beim Aussteigen aus dem Flugzeug war ich sehr überrascht von der schwülen Hitze. Diese ließ sich jedoch gut aushalten, da alle Apartments und öffentliche Einrichtungen mit Airconditionern ausgestattet sind. Ab Oktober kühlte es dann ab und das Wetter wurde sehr angenehm.

Die erste Woche fiel mir die Orientierung in der Stadt sehr schwer, da englische Schilder in Stadt und Einrichtungen doch recht selten zu finden sind. Zusätzlich gehen diese im Meer der zahlreichen an Aushängeschilder und Leuchtreklame unter. Jedem der nach Japan geht, empfehle ich daher, sich zuvor mit der Sprache zu beschäftigen. Ein Beginner-Sprachkurs, in dem man Hiragana, Katakana, einige Kanji sowie alltägliche Begriffe, Begrüßungsformeln und einfache Sätze lernt, erleichtert das Leben. Viele Japaner sprechen leider nur wenig Englisch, daher sind auch minimale Japanisch-Kenntnisse von Vorteil.

Bereits am Flughafen sollte man sich eine japanische SIM-Karte aneignen, diese ist für den Aufenthalt unabdingbar. Man kann so leicht mit Freunden und Vorgesetzten auf LINE (beliebter Messenger-Dienst in Japan) kommunizieren. Zudem ist Google maps stets aufrufbar, was für die erste Zeit eine sehr große Hilfe ist.

Ich war sehr positiv vom Verkehrsnetz überrascht. Dieses ist sehr gut ausgebaut und Busse und Bahnen sind stets pünktlich. Ohne große Probleme kommt man an alle Ecken Tokyos. Die SUICA-Karte, welche man gegen kleines Pfand erwerben kann, nutzt man als Ticket. Die Karte kann sehr einfach aufgeladen werden und wenn man in seine Heimat zurückreist, kann das Geld auf der Karte und das Pfand an einem der Bahnhofsschalter zurückbekommen.

Im Umgang mit seinen Mitmenschen gibt es viele ungeschriebene Regeln. Daher ist es von Vorteil sich zuvor etwas mit der japanischen Kultur zu beschäftigen. Andernfalls tritt man

als Ausländer sehr leicht in ein Fettnäpfchen. Bei der aufmerksamen Beobachtung der Umwelt lassen sich diese jedoch oft umgehen.

Finanziell lohnt es sich ein größeres Budget vor dem Aufenthalt einzuplanen. Das Leben in Tokyo ist teuer und wenn man etwas von der Stadt außerhalb der Klinik sehen will, kommen nicht unbeträchtliche Summen zusammen.

Studium

Die Keio University ist eine der ältesten Universitäten in Japan und gilt als Elite-Universität. Das Keio University Hospital ist das Lehrkrankenhaus und befindet sich auf dem Shinanomachi Campus. Das Universitätsklinikum ist sehr modern und gut ausgestattet.

Meine Zeit hier verbrachte ich vorwiegend im OP, hierbei schaute ich meist bei den Operationen zu. Einige Male durfte ich mich einwaschen und am OP-Tisch stehen, Haken halten und sogar nähen. Dies ist aber nicht die Regel. Japanische Medizinstudentinnen bleiben normalerweise bis zum Ende des Studiums in der Beobachterrolle. In den 2 Jahren nach dem Studium erwerben sie dann praktische Fähigkeiten am Patienten.

Die Kommunikation mit den Ärzten und Mitstudierenden empfand ich stets als angenehm. Diese waren bemüht mir Anatomie, OP-Techniken, sowie aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse näherzubringen. Den Umgang der Ärzte untereinander, sowie den Kontakt zwischen Studierenden und Vorgesetzten empfand ich als sehr freundlich, geduldig und respektvoll. Mit den Mitstudierenden konnte ich häufiger Mittag essen gehen und mich über viele Dinge austauschen.

Jeden Mittwoch nahm ich an einem Sprachkurs für ausländische Studierende teil, dies empfand ich als große Bereicherung. Im Nachhinein haben sich meine Sprachkenntnisse deutlich gebessert. Zusätzlich nahm ich an mehreren praktischen Kursen teil, bei denen ich verschiedene chirurgische Nahttechniken am Hautmodell übte.

Freizeit/Sehenswürdigkeiten

Tokyo ist eine Stadt der Möglichkeiten. An jeder Ecke kann man etwas Interessantes finden. Es gibt viele kleine Restaurants mit gutem und günstigem Essen. Supermärkte sind 24 Stunden geöffnet. Seine Freizeit kann man mit dem Besuch von Museen, Tempeln, Ausstellungen, Freizeitparks, Shopping Malls und Gaming Arcades, füllen. Ich empfehle unbedingt mindestens einen der großen Türme der Stadt, Skytree oder Tokyo Tower, bei Nacht zu besuchen. Zudem sollte man sich auch die Umgebung Tokyos anschauen, so ist ein Tagesausflug nach Yokohama ein Muss. Der Berg Takao ist ebenfalls ein schönes Ausflugsziel. Wenn man sich andere Städte wie zum Beispiel Kyoto oder Osaka anschauen will, sind diese gut und schnell mit dem Shinkansen erreichbar.