

# **Erfahrungsbericht – halbes PJ-Tertial an der Keio University in Tokio, Japan**

**02/2023 – 04/2023**

## **1) Vorbereitung auf den Auslandsaufenthalt**

### Motivation

Ich hatte schon lange geplant, im Rahmen des PJs eine Zeit im Ausland zu verbringen. Als ich mich weiter mit den Möglichkeiten auseinandersetzte, erfuhr ich, dass die Universität zu Köln eine Partneruniversität der Keio University in Tokio ist und daher ein gesplittetes Tertial am Keio University Hospital möglich ist. Da ich schon immer nach Japan reisen wollte, stand für mich relativ schnell fest, dass ich mich dafür bewerben wollte.

### Notwendige Bewerbungsunterlagen

Benötigt werden die ZIB Med Bewerbungsmappe, eine zusätzliche „Application Form“ von der Keio University (inklusive Motivationsschreiben und Rotationswünsche), ein Letter of Recommendation und ein Transcript of Records (beides vom ZIB Med erhältlich) und ein Englisch Sprachnachweis (z.B. DAAD-Zertifizierung über die Uni Köln).

### Anerkennung des ausländischen Krankenhauses

Das Keio University Hospital steht bereits auf der Liste des LPA Düsseldorf.

### Obligatorische und empfohlene Versicherungen (Haftpflicht-, Krankenversicherung) und Impfungen

Ich habe eine PJ-Haftpflichtversicherung im Rahmen der Hartmannbundmitgliedschaft abgeschlossen und war über meine private Krankenversicherung auch im Ausland versichert. Zusätzliche Impfungen benötigte ich nicht.

### Nützliche Links und zuständige Ansprechpartner

Das International Office der Keio University ist sehr zuverlässig und antwortet schnell bei Fragen oder Problemen. Sie kümmern sich um jegliche Anliegen, die vor oder während des Aufenthaltes anfallen. Bei Zusage bekommt man zusätzlich eine(n) „Buddy“ zugeteilt, der/dem man auch im Vorherein schon Fragen stellen kann. Ansonsten kann man sich noch auf der Webseite des Auswärtigen Amtes über Reise- und Sicherheitshinweise informieren.

### Sprachliche Vorbereitung

Ich habe mich mit der Duolingo App sprachlich etwas auf den Aufenthalt vorbereitet. In der Klinik ist es meistens kein Problem, auf Englisch zu kommunizieren – es gibt jedoch auch Ärzte, die nicht viel Englisch sprechen. Im Alltag (vor allem in Restaurants und Supermärkten) wird es mit Englisch etwas schwieriger, hier hilft Google Translate weiter. Aber auch wenn es sprachlich mal schwierig wird, geben sich alle JapanerInnen wirklich sehr viel Mühe und man bekommt es immer irgendwie hin, sich zu verständigen.

## **2) Der Auslandsaufenthalt**

### Einschreibe- und Anmeldeformalitäten

Nach der Zusage müssen noch weitere Dokumente eingereicht werden: Assumption of Risk and Medical Information Protection Agreement, Immunization Record (inklusive Tuberkulose Screening), Haftpflichtversicherungsnachweis, Written Oath to Prevent

COVID-19 Infection, Covid-19 Vaccination Certificate. Studiengebühren fielen keine an, da die Uni Köln ein Partnerschaftsabkommen mit der Keio University hat. Ein Visum war bei einem Aufenthalt von unter 90 Tagen nicht notwendig.

### Wohnungssuche und Unterkunftsmöglichkeiten

Über die Keio University konnte man ein Wohnheimzimmer in der Residence Daikyocho mieten (für 8 Wochen circa 900 Euro). Vor meiner Ankunft hatte ich einen Zeitraum für die Schlüsselübergabe mit dem International Office vereinbart, so konnte ich am Ankunftstag direkt meinen Schlüssel im International Office abholen und wurde von einer Mitarbeiterin zum Wohnheim gebracht. Das Zimmer ist relativ gut ausgestattet (kleine Küchenzeile, Waschmaschine, Föhn, Bügeleisen, WLAN, etc.). Die Lage der Residence Daikyocho ist wirklich perfekt (zu Fuß circa 5 Minuten zur Klinik, mehrere Bahnhaltstellen 5-10 Minuten entfernt).

### Leben in Tokio

Generell habe ich mich in Tokio von Anfang an gut zurechtgefunden (vieles ist auf Englisch ausgeschildert, in den Bahnen werden z.B. die Haltestellen auch auf Englisch durchgesagt). Man sollte aber auf jeden Fall schauen, dass man unterwegs einen Internetzugang hat, um sich z.B. mit Google Maps orientieren zu können (ich habe mir eine 9 GB Simkarte bei Bic Camera gekauft).

Die öffentlichen Verkehrsmittel sind extrem pünktlich und zuverlässig, man kommt problemlos überall hin (auch hier am besten mit Google Maps planen). Es macht Sinn, sich direkt am Flughafen eine Suica oder Pasma Karte zu kaufen, die man immer wieder mit Geld aufladen kann und für alle öffentlichen Verkehrsmittel nutzen kann (z.T. kann man sie auch als Zahlungsmittel in Convenience Stores oder an Getränkeautomaten benutzen).

Essen gehen kann man recht günstig, die Preise im Supermarkt habe ich als teurer empfunden (vor allem Obst und Gemüse). Es gibt an jeder Ecke kleine Convenience Stores, günstiger sind jedoch größere Supermärkte (z.B. der OK Store Sendagaya, der etwa 20 Minuten zu Fuß von der Klinik entfernt ist). Fast alle Gerichte enthalten Fleisch oder Fisch, sich vegetarisch zu ernähren ist in Japan wirklich sehr schwierig, darauf sollte man sich einstellen.

### Clinical elective am Keio University Hospital

Ich habe die zweite Hälfte meines Innere Medizin Tertials am Keio University Hospital verbracht. Bei Ankunft bekam ich im International Office einen Klinikausweis mit Schlüsselkarte. Vor meinem ersten Tag traf ich mich mit meinem „Buddy“ und bekam eine kleine Führung durch die Klinik und ein paar Tipps für den ersten Tag. Die Berufskleidung im Krankenhaus ist förmlich (Anzughose und Hemd/Bluse), einen Kittel sollte man selbst mitbringen. Das Keio University Hospital ist sehr modern ausgestattet und gut organisiert. Die medizinische Versorgung ist top, aber auch nicht günstig. Trotz Krankenversicherung müssen die Patienten zwischen 10-30% der Behandlungskosten selbst tragen.

Die ersten vier Wochen war ich im Department Nephrology, Endocrinology and Metabolism, die weiteren vier Wochen im Department Gastroenterology and Hepatology. In beiden Departments bekam ich einen Betreuer zugewiesen. Vor Beginn beider Rotationen vereinbarte ich für den ersten Tag einen Termin mit meinem jeweiligen Betreuer. Am ersten Tag der jeweiligen Rotation bekam ich eine kurze Einführung durch meinen Betreuer und einen Stundenplan für die folgenden vier Wochen. Generell sind Medizinstudenten in Japan passive Zuschauer.

Im Department Nephrology, Endocrinology and Metabolism war ich in verschiedenen Sprechstunden eingeteilt (Diabetes mellitus Typ 1 und 2, diabetischer Fuß, Peritonealdialyse, Hämodialyse, endokrinologische Sprechstunde, etc.), habe aber auch fast täglich Einzelunterricht durch die ÄrztInnen der verschiedenen Bereiche erhalten. Öfter war ich auch bei kleineren nephrologischen und endokrinologischen Eingriffen dabei. Alle ÄrztInnen waren sehr bemüht und interessiert und ich habe mich immer gut aufgehoben gefühlt. In den Sprechstunden hat sich immer einer der ÄrztInnen darum bemüht, die Patientengespräche grob zu übersetzen und mir das Wichtigste zu erklären.

Im Department Gastroenterology and Hepatology war ich hauptsächlich in der Endoskopie eingeteilt (v.a. ERCP, Endosonographie, interventionelle Endoskopie). Das Keio University Hospital ist international bekannt für seine interventionelle Endoskopie, die sehr fortschrittlich ist. Es werden dort viele anspruchsvolle koloskopische und gastrokopische Tumorresektionen durchgeführt. Da dort jedoch sehr regelmäßig internationale Gastärzte sind geht man manchmal etwas unter und es kann mit der Zeit etwas langweilig werden. Zudem war ich zweimal pro Woche in den Onko-Konferenzen, in denen die ambulanten und stationären gastroenterologischen Patienten besprochen wurden, dort wurde ich immer freundlich empfangen und eine(r) der ÄrztInnen hat alles für mich übersetzt.

#### Land, Leute und Freizeitaktivitäten

In Tokio gibt es unendlich viele Freizeitmöglichkeiten. Die Stadt ist extrem sauber, alles läuft geordnet ab, man fühlt sich überall sehr sicher. Die Leute sind alle extrem freundlich und zuvorkommend und geben sich viel Mühe, einem weiterzuhelfen. Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln kommt man in Tokio überall relativ schnell hin. Tolle Viertel sind Shibuya, Shinjuku, Roppongi, Asakusa und Odaiba. Die großen und perfekt gepflegten Parks sind besonders im Frühjahr und Herbst sehr beliebt. Enoshima Island ist auf jeden Fall einen Tagesausflug wert, mit der Bahn braucht man circa 1,5h dorthin. Wenn man es schafft, ist Kyoto auch wunderschön, dort lernt man auch das traditionellere Japan besser kennen. Sonst sollte man einfach schauen, was einen selbst am meisten interessiert, es gibt wirklich eine riesige Auswahl.

### **3) Nach Anrechnung von Studienleistungen**

Die PJ-Bescheinigung wurde am Ende der zweiten Rotation durch das International Office und meinen Betreuer ausgefüllt und abgestempelt. Zu der Anerkennung durch das LPA kann ich noch nichts sagen.

### **4) Anmerkungen und Sonstiges**

Das halbe Tertial in Tokio kann ich auf jeden Fall wärmstens empfehlen. Es ist alles perfekt organisiert, in der Klinik wird man gut betreut und in Tokio und Japan gibt es unendlich viel zu entdecken.