

## **Erfahrungsbericht Famulatur-Austausch Tokushima, Japan August 2018**

Anfang Februar erhielt ich eine Zusage für den Famulatur-Austausch nach Tokushima. Zwei gute Freunde von mir erhielten ebenfalls eine Zusage für Tokushima!! Schnell meldete sich die Universität bei mir und übermittelte mir eine Liste mit erforderlichen Formularen. Die Vorbereitungen waren sehr einfach gehalten. Mit dem deutschen Pass braucht man kein Visum zu beantragen, um nach Japan einzureisen - auch nicht für ein unbezahltes Praktikum. Die Application Form musste man sehr gewissenhaft und korrekt ausfüllen, da diese sonst wieder zur Korrektur zurückgeschickt wird. Man muss Impfungen nachweisen, sogar mit Impftitern. Beim Betriebsarzt wird ein Teil davon kostenlos bestimmt. Dann muss man noch TBC Untersuchungen machen lassen (Röntgen und Hauttest!!!). Beides kann man in Hannover bei der Tuberkulose Beratungsstelle (Weinstraße 2 30171 Hannover) machen lassen. Der Hausarzt muss dann die Bescheinigung darüber auch noch unterschreiben. Außerdem habe ich mich gegen Japanische Encephalitis impfen lassen (2x), sodass man wirklich viel Zeit beim Hausarzt verbringt. Fangt also rechtzeitig damit an. Die Flüge kann man frühzeitig auch relativ günstig buchen. Wir sind mit Emirates nach Tokyo geflogen und von da nach Tokushima mit Japanese Airlines.

Den Zeitraum für die Famulatur konnten wir uns aussuchen. Wir haben alle unsere Famulatur gleichzeitig im August gemacht. Auf dem Hinweg gab es allerdings einen Typhoon, sodass unser Flug in Tokyo gecancelt wurde und wir den halben Tag am Airport verbringen mussten. Todesmüde und ganz verschlafen kamen setzten wir uns in Tokushima am Flughafen in einen Bus und fuhren zur Hauptstation. Dort wurden wir von japanischen Studenten abgeholt und mit dem Taxi in die Uni gefahren.

Ich und mein Kumpel waren in einem Apartment am Rand des Campus untergebracht. Also wir waren da die einzigen Menschen in der Ecke. Rundherum eingezäunt und sehr angenehm. Es hat also niemanden gestört, wie und wann wir nach Hause kommen. Das Zimmer war sehr gut eingerichtet: 1,40m Bett, eigenes Badezimmer, WLAN, TV... Alle zwei Tage kam jemand und hat unsere Handtücher gewechselt, Betten gemacht und manchmal sogar Geschirr gewaschen!! Das war uns bisschen viel und wir haben immer versucht alles möglichst zu hinterlassen. Wäsche konnte man in der Nähe in einem Waschsaloon waschen. In der Küche gab es einen Kühlschrank, Wasserkocher, aber keinen Herd.

Damit sind wir schon beim wichtigsten Punkt. Nehmt euch was zu essen mit! Ich esse generell gerne und viel. Man kann sich zwar auch einiges in Japan kaufen, aber das Essen ist auch im Supermarkt („Takto“) relativ teuer wie z.B. Cereals - kleine Packungen - für 6€. Es gibt auch überall 24h Läden wie 7eleven oder FamilyMart, aber die sind noch teurer. Ein Laden („Hakumando“) liegt bisschen versteckt ist aber günstiger als alle anderen. Wasser kann man aus einer Quelle in der Nähe auffüllen. Aber nur 24 Liter pro Tag! Brot könnt ihr für den Monat gleich vergessen. Es gibt zwar Toastbrot aber so 3 Stücke in einer Packung. Die Japaner essen kein Brot. Natto sind eh viel besser.

Mittags und abends haben wir oft in der Mensa oder außerhalb gegessen. Oft auch mit den Japanern zusammen. Es gibt sehr gute Ramen Shops (9-12€) in Tokushima. In der Nähe der Uni gibt es auch einen relativ günstigen Udon Shop. Man kann auch gut Instant-Ramen (2€) zu Hause aufkochen.

Mittags ist meine Empfehlung im Krankenhaus unten in der Lounge am Automaten ein Ticket für Katsudong (Fleisch, Reis, Ei und eingelegtes Gemüse) zu kaufen. Das kann man sich mitnehmen oder im Laden essen. Man bekommt sogar kostenlos mehr Reis, wenn man fragt.

Fragen müsst ihr aber auf Japanisch. Japaner sprechen nur sehr wenig Englisch und deswegen ist es gut, wenn ihr vorher schon bisschen was an Vokabeln lernt. Lesen kann man nur sehr schwer, weil jedes Wort gefühlt mindestens zwei Kanji enthält. Man lernt natürlich auch von den Leuten viele Wörter, aber es ist hilfreich schon etwas zu können.

Im Krankenhaus sprechen auch einige Leute bisschen Englisch. Und selbst wenn nicht wollen die trotzdem mit euch reden. Das war sehr nett, weil man viele Leute kennen lernt und die Japaner sehr freundlich sind. Ich war auf der Neurologie eingeteilt und hatte das Glück Professor Kaji kennenzulernen. Er ist der Vizepräsident des Weltkongress der Neurologen und sehr bekannt. Nach

meiner Famulatur ist er an die Universität in Kyoto gewechselt, kommt aber zwischendurch noch nach Tokushima. Am ersten Tag habe ich einen Stundenplan bekommen mit interessanten Veranstaltungen für mich. Es gab Ambulanz an den meisten Tagen. Da konnte ich nur sitzen und zuhören. Nach jedem Patienten hat mir der Arzt dann auf Englisch erklärt, worum es im Gespräch ging. Bei den Visiten wurde mir viel erklärt und ich durfte zwischendurch auch mal Patienten untersuchen. Die Konferenzen wurden extra für mich auf Englisch gehalten. Das war bisschen anstrengend, weil die Ärzte nicht so gut Englisch konnten. Aber am Ende des Monats ging es dann ganz gut. Dabei sind wir immer die neuen Patienten sehr ausführlich durchgegangen, sodass ich auch viel lernen konnte. Ich hatte aber schon zwischendurch frei und konnte an meinem Tisch lesen und in den Büchern stöbern. Untersuchungen sind immer etwas ganz Besonderes. Da wurde mir immer Bescheid gegeben, damit ich auch alles sehe. Ich durfte auch zwischendurch zu den Neurochirurgen in den OP. Ausgestattet mit Riesen Flat-Screen und ultra guten Mikroskopen sieht man da sehr viel. Man bekommt einen Kittel, den man jede Woche austauscht. Die Ärzte tragen entweder dunkelgraue oder beige Hosen, Schuhe sollten „chic“ sein. Ich habe da aber alles von Crocs über Birkenstock bis hin zu Lederschuhen gesehen. Mit normalen Schuhen seid ihr also genau richtig. Außerdem bekommt ihr ein Telefon und einen eigenen Arbeitsplatz.

Nachmittags war oft schon früh Schluss (ca. 15 Uhr oder früher) und wir konnten viel unternehmen. Die Uni hat uns ganz neue Fahrräder bereitgestellt. Damit kommt gut überall hin. In der Stadt selbst gibt es natürlich viel an Essen zu entdecken und auch die Mall ist ein netter Ausflug. Wir wurden sehr oft von den Japanern begleitet und konnten viele Insider sehen. Es gibt zum Beispiel einen guten Second-Hand Shop, wo ich sehr günstig meine Yukata (1,50€) und Geschirr gekauft habe. An den Wochenenden sind wir manchmal auch weiter weg gefahren. Nach Naruto lohnt es sich auf jeden Fall mal, die Strudel zu sehen. In Iya Vally gibt es eine Brücke aus Pflanzen und die Natur ist super schön. Dort sind wir dann auch das erste Mal in einen Onsen gegangen. Das war vermutlich meine beste Erfahrung während der Famulatur. Freunde und heiße Quellen auf dem Berg mit Blick auf ein grünes Tal. Tokushima Prefecture ist für seine Natur und noch sehr traditionelle Lebensweise bekannt.

Im August findet auch ein traditionelles Tanzfest in Tokushima statt. Wir wurden dazu eingeladen mit den Ärzten in einer Gruppe zu tanzen. Das war wirklich lustig und die Japaner waren begeistert, dass auch Ausländer dieses Fest mitfeiern.

Zum Abschluss der Famulatur haben mich zwei Ärzte abends eingeladen. Bei dem einen haben wir zu Hause mit der Familie Sushi gemacht und mit dem anderen sind wir in einem Izakaya essen gegangen. Man hat durch die Famulatur das Gefühl bekommen in Japan angekommen zu sein und sich nicht wirklich wie ein Tourist gefühlt.

Anschließend sind wir noch etwa 3 Wochen durch Japan gereist und haben all die anderen Seiten kennengelernt. Es lohnt sich auf jeden Fall.

Insgesamt war Japan also eine wirklich schöne und gute Erfahrung. Tja.. und mein schlimmstes Erlebnis? Gab es gar nicht so richtig. Mein schlimmstes Erlebnis war vermutlich, als wir im Typhoon zu Zeleven gefahren sind, um Essensvorräte zu kaufen, weil auch die Möglichkeit bestand evakuiert zu werden. Im Endeffekt hat der Typhoon uns verfehlt und es war nicht mehr als ein leichter Sommerregen. Wir waren aber nass. ☺

Vielen Dank an dieser Stelle an Frau Steinhusen, die für uns die Förderung vom DAAD organisiert hat. Das war eine sehr große Hilfe für meinen Auslandsaufenthalt!