

Erfahrungsbericht PJ-Tertial Chirurgie an der Nara Medical University Japan

Vorbereitung

Schon früh im Studium stand für mich fest, dass ich einen Teil meines Praktischen Jahres im Ausland verbringen möchte. Japan erschien dabei als die perfekte Wahl, da es zum einen schon lange ein Traum von mir war, das Land zu besuchen und zum anderen Japan ein Land ist, das über ein hochmodernes Gesundheitssystem verfügt, die ideale Kombination aus kulturellen Erfahrungen und fachlicher Weiterbildung.

Durch einen Erasmus-Informationsabend wurde ich auf die Nara Medical University (NMU) aufmerksam. Die zahlreichen positiven Erfahrungsberichte überzeugten mich, die zuständige Mitarbeiterin im International Office, Ms. Yuki Koda, per E-Mail zu kontaktieren. Der erste Kontakt war etwa eineinhalb Jahre vor dem geplanten Aufenthalt. Wichtig vorab zu wissen: An der NMU ist nur ein achtwöchiges Praktikum möglich, also ein halbes PJ-Tertial, da man für ein ganzes Tertial ein Visum beantragen müsste, wovon die Universität jedoch eher abräu.

Bis zur ersten Rückmeldung von Ms. Koda hat es etwa zwei Monate gedauert. Und auch auf weitere Antworten musste ich teilweise mehrere Wochen warten. Dennoch war Ms. Koda stets freundlich und bemüht, man sollte sich von den längeren Wartezeiten einfach nicht entmutigen lassen. Für die Bewerbung wurden folgende Unterlagen gefordert: ein Transcript of Records, ein Letter of Recommendation, ein Lebenslauf, eine Ausweiskopie sowie ein kurzes Formular zur Wahl der Fachrichtung und die Angabe von drei möglichen Zeiträumen. Ich entschied mich für das Department of surgery und gab mögliche Zeiträume im zweiten und dritten Tertial an. Weiterhin sollte spätestens einen Monat vor Praktikumsbeginn ein Immunization Record, der Nachweis einer Auslandsrankenversicherung sowie ein aktuelles Röntgen-Thorax eingereicht werden.

Die offizielle Zusage erhielt ich etwa sechs Monate vor Beginn des Praktikums. Mit der offiziellen Zusage konnte ich mich für ein PROMOS-Stipendium bewerben und hatte Glück, dass ich kurzfristig noch einen Englisch-Test an der MHH ablegen konnte.

Unterkunft

Da die NMU nur über eine begrenzte Anzahl an Zimmern in ihrem Guesthouse verfügt und diese bereits belegt waren, wohnte ich bei einer Gastfamilie in Kashihara. Von dort aus konnte ich entweder eine halbe Stunde zu Fuß oder in wenigen Minuten mit der Bahn das Klinikum erreichen. Durch das Zusammenleben mit meiner Gastfamilie hatte ich das Gefühl, am authentischen japanischen Familienleben teilnehmen zu können. Trotz der Sprachbarriere verstand ich mich besonders mit meiner Gastmutter sehr gut. Wir unterhielten uns meistens mit ein paar einfachen englischen Worten, Gesten oder Google Übersetzer. Die Familie war sehr bemüht, mir ihre Kultur näherzubringen und lud mich mehrmals in ihre Lieblingsrestaurants ein oder organisierte Ausflüge. Da sie noch ein weiteres Zimmer vermieteten, lernte ich auch andere Reisende aus aller Welt kennen, mit denen ich mich abends in der gemeinsam genutzten Küche austauschen konnte.

Praktikum an der Gasteinrichtung

Das Department of Surgery an der NMU umfasst die Viszeralchirurgie, Kinderchirurgie und Brustchirurgie. Die Viszeralchirurgie ist dabei in spezialisierte Teams (Magen-, Kolon-, Pankreas-/Hepatobiliär-Team) aufgeteilt. Jeden Montag und Mittwoch findet um 8 Uhr eine Frühbesprechung statt, in der der OP-Plan durchgegangen und die einzelnen Patienten vorgestellt werden. Im Anschluss folgen Vorträge zu aktuellen Forschungsprojekten der Abteilung. Während meines Aufenthaltes wurde die Frühbesprechung freundlicherweise auf Englisch gehalten.

Ab 9 Uhr begannen die ersten Operationen. Ich durfte täglich frei wählen, welche Operationen ich mir anschauen wollte. Das Spektrum an Operationen ist vielfältig, mit vielen spannenden Eingriffen an gastrointestinalen Tumoren, die häufig laparoskopisch oder robotisch mit dem DaVinci-System durchgeführt wurden. Am ersten Tag wurde ich von einem der Senior Doctors eingewiesen, danach konnte ich anhand des OP-Plans eigenständig in die OP-Säle gehen. Je nach Dauer der Operationen wurde ich meistens zwischen 14 und 17 Uhr nach Hause geschickt.

Neben mir waren regelmäßig Studierende aus dem 5. Studienjahr im OP-Saal, die jeweils für eine Woche in die Allgemeinchirurgie rotierten. Zudem gab es auch Studierende aus dem 6. Studienjahr, die jeweils einen Monat einem der Teams aus der Allgemeinchirurgie zugeordnet waren. Dadurch hatte ich die Möglichkeit, viele Studierende kennenzulernen.

Vor den Eingriffen wurden die Fälle ausführlich besprochen und die Patientenanamnese sowie CT oder MRT-Bilder durchgegangen. Teilweise wurden mir sogar Skizzen mit den einzelnen OP-Schritten gezeichnet. Alle haben sich viel Mühe gegeben, Fragen zu beantworten, trotz manchmal nur geringer Englischkenntnisse. Da die Operationen über eine Kamera von oben gefilmt und auf mehrere Bildschirme übertragen wurden, konnte man, auch wenn man nicht mit am Tisch stand, alle Schritte mitverfolgen. Im Allgemeinen hatte ich das Gefühl, dass die Chirurgen/ Chirurgeninnen sehr viel Wert darauf legten zu lehren und ihr Wissen sowohl an die Studierenden als auch an die Residents weiterzugeben. Generell war die Atmosphäre im OP sehr angenehm, das Miteinander respektvoll und kollegial.

Ich habe mich sehr darüber gefreut, wenn ich die Möglichkeit hatte, bei den Eingriffen zu assistieren. Das war in Japan auf jeden Fall seltener als in meinem Chirurgie Tertial in Deutschland. Besonders in der Brustchirurgie durfte ich jedoch häufig mit am Operationstisch stehen und assistieren.

Abgesehen von den OPs nahm ich dienstags ab 8:30 Uhr bei der wöchentlichen Chefarztvisite teil und schaute mir auch gelegentlich die Outpatient Clinic an. Aufgrund meiner fehlenden Japanisch-Kenntnisse gestaltete sich das jedoch schwieriger. Weiterhin hatte ich die Möglichkeit, mit den japanischen Studenten aus dem 6. Jahr an Nahtkursen sowie Kursen mit Laparoskopie Übungsgeräten teilzunehmen.

Insgesamt würde ich sagen, dass ich während der Zeit wichtige anatomische Grundlagen wiederholen konnte und viel über die verwendeten Operationstechniken gelernt habe.

Freizeit

Meine Freizeit nutzte ich, um Japan zu erkunden. Ich beschloss, bereits ein paar Tage vor Praktikumsbeginn von München nach Tokio zu fliegen, sodass ich ein paar Tage Zeit hatte die Stadt zu erkunden. Tokio ist eine gigantische Stadt mit unglaublich vielen verschiedenen Attraktionen. Da mein Besuch in die „Golden Week“ fiel, war es dementsprechend voll, sodass ich zwei Tage in der Küstenstadt Kamakura verbrachte, die etwa eine Stunde mit dem Zug von meinem Hotel in Tokio entfernt lag. Vom Strand aus konnte ich sogar einen Blick auf den Mount Fuji erhaschen.

Anschließend reiste ich mit dem Shinkansen nach Kyoto und von dort weiter nach Nara. Die Präfektur Nara hat sehr viel Natur zu bieten. Es ist allgemein eher ruhig und Touristen verlaufen sich, abgesehen von Nara City, kaum in die ländlichere Umgebung. Das fand ich sehr angenehm. Wenn ich mal etwas früher Schluss hatte, nutzte ich daher die Zeit dafür, die kleinen Orte rund um Kashihara zu besuchen. Eine ganz große Empfehlung von mir ist dabei, nach Hasedera zu fahren und eine halbe Stunde zum gleichnamigen Tempel zu laufen. Es war für mich einer der schönsten Tempel in Japan. Die Tempelanlage war im Mai von blühenden Pfingstrosen, im Juni von Hortensien umgeben und der Ausblick auf die grünen Berge war atemberaubend schön. Ein weiteres Highlight war die Wanderung entlang der 48 Wasserfälle in Akame. Eine gut begehbbare Strecke führt dabei ca. 90 Minuten pro Richtung an einem Fluss mit wunderschönen Wasserfällen entlang.

In meiner Zeit an der NMU freundete ich mich mit einigen japanischen Studierenden an, mit denen ich Cafes und Restaurants in Kashihara ausprobierte und davon gibt es wirklich einige! Besonders das historische Viertel Imaicho ist nur wenige Minuten vom Krankenhaus entfernt und wirklich schön zum Schlendern. Um die Bahnstation Yamato-Yagi gibt es zudem eine Vielzahl an Izakayas (traditionelle japanische Kneipen) in denen man auch richtig gutes Essen bekommt. Von den Studenten der NMU wurde zudem ein Willkommens- und ein Abschiedsdinner für mich organisiert.

An den Wochenenden besuchte ich verschiedene Städte der Kansai Region wie Nara City, Osaka, Kyoto, Kobe und Uji, die alle in ein bis zwei Stunden mit dem Zug erreichbar waren. Da die Züge dorthin relativ günstig sind, kann man auch Tagesausflüge in die Städte unternehmen, ohne dass man sich um eine extra Unterkunft kümmern muss.

Auch weiter entfernte Ziele sind mit dem Schnellzug oder Expressbussen gut erreichbar. So verbrachte ich ein Wochenende in Hiroshima und der nahe gelegenen Insel Miyajima. Mit dem Shinkansen von Shin-Osaka braucht man nur 2 Stunden zur Hiroshima Station und auch wenn die Tickets nicht günstig sind, lohnt sich der Ausflug! Vor allem der berühmte Itsukushima-Schrein mit dem großen Torii Gate, das bei Flut im Wasser zu schweben scheint, gehört zu den drei sehenswertesten Landschaften Japans.

Ebenfalls gehört die Landzunge in Amanohashidate zu den drei schönsten Orten Japans. Mit etwas Vorstellungskraft sieht die Landzunge wie ein aus dem Wasser aufsteigender oder ein schlafender Drache aus. Aus Kyoto ist man mit einem Expressbus in zwei Stunden in Amanohashidate und in einer weiteren Stunde in Ine, einem sehr idyllischen Fischerdorf.

Mein letztes Wochenende verbrachte ich im Ise-Shima-Nationalpark in der Mie-Präfektur. Die Region ist bekannt für ihre Perlenzucht und es war eines der Highlights meiner Reise, den Amatauchern beim Tauchen nach den Muscheln zuzuschauen. Für die Übernachtungen buchte ich

mir Zimmer bei japanischen Familien, meistens waren dies ältere Ehepaare. Ich war wirklich begeistert von der japanischen Gastfreundschaft und kann dies nur empfehlen.

Auf dem Rückweg nach Tokio besuchte ich noch Hakone, bekannt für die zahlreichen natürlichen heißen Quellen und den Ashi-See.

Fazit

Ich kann die Nara Medical University allen ans Herz legen, die überlegen, einen Teil des PJs im Ausland zu verbringen. Aus meiner Zeit in Japan nehme ich ganz viele schöne Erinnerungen mit, denn neben dem, was ich in der Klinik gelernt habe, habe ich so viele unglaublich herzliche Menschen kennengelernt und Freundschaften schließen können.

Ich möchte mich daher zum Schluss bei PROMOS, dem International Office der MHH sowie Ms. Koda für die Ermöglichung dieser unvergesslichen Reise bedanken!



