

Erfahrungsbericht PJ Nagasaki Januar-März 2019 von Janis Boeser

Meine Zeit in Nagasaki als PJ'ler Anfang 2019 ist jetzt seit einigen Wochen vorbei und ich denke immer noch mit Freuden an diese schöne Zeit zurück. Um euch ein paar hilfreiche Tipps und Ideen für Euren Aufenthalt zu bieten, habe ich diesen Bericht entsprechend in die meiner Meinung nach wichtigsten Punkten unterteilt. Freut euch auf eure Zeit in Japan, es wird spannend und mit entsprechender Flexibilität für neue Geschmäcker, sozialen Interaktionen und Arbeitshaltungen werdet ihr viel erleben und lernen!

Betreuung japanischer Studenten in Deutschland

Kontakt habe ich mit meinen 3 japanischen Austauschpartnern relativ früh aufgenommen (2 Monate vor Ankunft), sie waren sehr dankbar für die Möglichkeit des Kennenlernens und alle Vorschläge bezüglich Wetter und Temperatur. Nagasaki ist wärmer als Würzburg, ich empfehle also eher wärmere Klamotten insbesondere im Frühling. Gute Mitbringsel für Japaner sind Matcha-Tee, Sake und Süßigkeiten für die Professoren.

Die Ankunft war an einem Freitagvormittag. Wie abgesprochen haben sie vorher Tickets für den ICE von Frankfurt nach Würzburg gekauft und ich habe sie am Bahnhof Würzburg abgeholt. Die Betreuung war dann in den ersten 4 Tagen sehr intensiv, hat aber unglaublich viel Spaß gemacht. Zuerst habe ich Ihnen direkt am Freitag die nähere Umgebung und Supermärkte zum Einkaufen gezeigt. Am Samstag und Sonntag dann eine Führung zur Klinik und verschiedene Stadtführungen und abends Restaurantbesuche mit typisch deutscher Küche (alter Kran und Eulenspiegel). Japaner teilen sehr gerne das Essen, also einfach paar Gerichte selber aussuchen und in die Mitte stellen lassen. Meine Japanisch Lehrerin (aktuell einzige Japanisch Lehrerin der VHS Würzburg) bietet nach Rückfrage auch eine japanische Führung durch die Residenz an, das hat Ihnen sehr gut gefallen. Am Montag haben wir mit der Studienanmeldung am Hubland gestartet, sind danach zur Krankenkasse in die Stadt gefahren und später mit allen Unterlagen in die Uniklinik zur Arbeitsmedizinischen Untersuchung. Diese haben ich zwei Monat früher ausgemacht, darum solltet ihr euch so schnell wie möglich kümmern. Nach der Untersuchung sind wir kurz in die Josef-Mensa und danach habe ich sie allen verantwortlichen Professoren vorgestellt um den Arbeitsstart am Dienstag genau abzuklären.

An diesen 4 Tagen konnte ich parallel nichts anderes machen, mir war aber auch sehr wichtig, dass sie sich willkommen fühlen und Ihnen möglichst viel gezeigt wird zur Orientierung. In den folgenden vier Wochen trafen wir uns so zwei mal die Woche zum gemeinsamen Kochen (viele Japaner lieben weißen Spargel, Lasagne, Käsespätzel) und ich organisierte kleinere und größere Ausflüge für sie (Rothenburg o.d.T., München, Salzburg (sehr beliebt für Japaner weil ein berühmter japanischer Film dort spielt)). Die Zeit mit Ihnen war super, man kann viel voneinander lernen und auch schon einige Dinge über Japan in Erfahrung bringen. Ich habe sie auch in Japan wiedertreffen und dann revanchieren sich die Japaner auch für eine gute Betreuung.



Vorbereitung für Japan

Meldet euch mit mindestens 3 Monaten Vorlauf bei Yuko, der offiziellen Austauschkoordinatorin in Nagasaki. Sie ist sehr nett, spricht fließend Englisch und hält guten Kontakt mit euch. Die Universität kann euch ein Zimmer im Studentenwohnheim direkt bei der Klinik organisieren, das ist aber fast immer ausgebucht also früh sein lohnt sich. Was ihr unbedingt benötigt sind eine Röntgenthorax-Übersichtsaufnahme z.A. Tbc und auch eine Titerkontrolle von einigen Impfungen. Da diese sich auch ändern können, fragt frühzeitig bei Yuko nach, was ihr denn aktuell so benötigt. Die Titerkontrollen könnt ihr sogar teilweise in eurer eigenen Arbeitsmedizinischen Untersuchung vor dem PJ durchführen lassen, wenn ihr sie vorher wisst. Ich musste zum Hausarzt, der kann es auch machen aber kostet dann etwas (Röntgen ungefähr 30€, Titer 20€). Dauert ungefähr 2 Wochen. Wenn ihr unter 90 Tagen in Japan bleibt benötigt ihr kein Visum, ihr reist also als normale Touristen ein. Klärt das aber nochmal mit Yuko. Ich habe vorher 2 Bücher über Japan und Verhalten in Japan gelesen, dies hat mir sehr geholfen (Kulturschock Japan, Fettnäpfchenführer Japan) und ich konnte die japanischen Verhaltensweisen besser verstehen und sie freuen sich sehr, wenn man sich an ihre Kultur anpasst und schon kennt (z.B. niemals sich selbst einschenken, Alkohol immer mit beiden Händen einschenken und eingeschenkt bekommen, usw.).

Leben in Japan

Am Flughafen Nagasaki wurde ich von Yuko abgeholt, wofür ich doch sehr dankbar war. Der Flug ist anstrengend und sie bringt euch direkt zum Wohnheim und zeigt euch einen kleinen Supermarkt in der Klinik. Ich reiste am Freitag an, hatte also das ganze Wochenende Zeit, Nagasaki kennenzulernen. Nahe der Klinik ist das Atombomben-Museum, sehr lohnenswert. Auch ein Blick von der Aussichtsplattform Mount Inasa auf Nagasaki ist empfehlenswert, sowohl bei Sonnenschein als auch in der Nacht. Eingekauft habe ich in den Supermärkten Joyful Sun in Peacetown und Red Cabbage im Einkaufszentrum Cocowalk. Ihr bekommt fast alles, was ihr benötigt wobei ich Tee-Liebhabern, die anderen Tee wie Grüntee trinken möchten (abends zur Entspannung z.B. einen Früchtetee) empfehle, diesen Tee speziell mitzubringen. Auch könnt ihr neue Klamotten gut in Cocowalk kaufen, dort gibt es auch einen japanischen 1€-Laden, wo ihr wirklich alles bekommt für den Haushalt. Das Wohnheim hat eine kleine Küche die ausreichend ist, um sich abends was noch was zu kochen und einen Gemeinschaftsbereich, der teilweise besetzt ist, wenn ein japanisches Meeting ansteht. Die Zimmer haben Wlan, einen kleinen Fernseher und eine eigene Dusche.



Die Wochenenden hatte ich immer frei, ihr könnt also Ausflüge machen, in einen Onsen gehen oder einfach mal ausschlafen. Spezielle Restaurants muss ich eigentlich nicht empfehlen, es hat überall gut

geschmeckt und ihr könnt auch fast überall rein. Die Bestellung ist zwar manchmal schwierig, oft gibt es aber Bilder oder Wachsmodelle des Essens. Hervorheben möchte ich aber in Nagasaki:

1. 福丸 nagasaki, gegenüber Cocowalk, sehr leckere Okonomiyaki
2. 海鮮丼専門店 さかな屋, Kreuzung Urakami-Kathedrale, ganz frisches Sashimi und Keisendon

Arbeiten in Japan

Ich empfehle euch dringend, immer für einen ganzen Monat in einer Abteilung zu bleiben. Ihr braucht erstmal ein bisschen Zeit, um mit den Teams warm zu werden und insgesamt lernt ihr deutlich mehr in einem ganzen Monat im Vergleich zu 2 Wochen. Ich war jeweils einen Monat in der Leberchirurgie bei Prof. Eguchi mit Dr. Hidaka und in der Unfallchirurgie bei Prof. Miyamoto mit Dr. Mori. Alle 4 sprechen sehr gut Englisch und es hat viel Spaß mit Ihnen gemacht, sie haben mich auch zu persönlichen Ausflügen mit sich und Familie eingeladen, ganz großartige Professoren. Arbeiten musste ich von Montag bis Freitag, meist von 0800 bis 1800 mit Mittagspause im Restaurant in der Klinik. Unbedingt probieren müsst ihr dort Champon, quasi das Nationalgericht von Nagasaki und in der Kantine frisch gekocht in sehr guter Qualität. Ich habe meine Oberärzte fest begleitet und war viel im OP. In Erinnerung bleiben mir die Lebertransplantationen, diese starteten um 8 Uhr morgens und wir haben oft bis nach Mitternacht durchoperiert. Es gibt feste Pausen und Teamwechsel, ihr könnt als Gast jederzeit ausgewechselt werden, denn das ganze Team ist involviert und hilfsbereit. Viel mehr außer Haken halten und Fäden abschneiden macht ihr aber nicht. Dafür wird alles per Video aufgenommen, ihr könnt also wirklich alles sehen und gegebenenfalls nachbesprechen. Der Teamzusammenhalt ist groß, nach besonderen Operationen geht das Team manchmal noch zusammen essen und trinken (ja, wir haben also wirklich bis 2 Uhr nachts operiert, sind dann für 1 Stunde auf die Intensivstation zur Nachbetreuung und dann von 3-5 Uhr zusammen um die Häuser gezogen und um 7 Uhr morgens war wieder Frühbesprechung für den nächsten Tag). Der Rest der Teams spricht leider nur etwas Englisch, insgesamt war ich etwas ernüchtert über die Kommunikation mit den Japanern. Japanische Schüler lernen in der Schule nur Englisch lesen und schreiben, freies Sprechen wird nicht praktiziert. Dementsprechend schlecht sind die Aussprache und viele Japaner schämen für sie. Meistens dauerte es etwas bis sie sich getraut haben, wirklich mit mir zu sprechen. Sie waren immer freundlich, nur habe ich bei vielen Besprechungen und Erklärungen für die japanischen Studenten nichts verstanden, häufig bekam ich nur ein Schlagwort zum Patienten („Cancer“).



Einmal pro Woche gab es noch einen Kongress oder größere Fortbildung in Nagasaki, wo ich immer eingeladen war und teilnehmen durfte. Diese waren zwar auf Japanisch, bezogen sich aber häufig auf englische Veröffentlichungen womit ich zumindest grob die Präsentationen verstanden habe. Danach gab es ein großes Dinner oder Party mit richtig gutem Essen, geht also immer zu einem Kongress, wenn ihr könnt.

In Japan sind Medizinstudenten eher passiv, sie schauen viel zu aber werden nur teilweise in Arbeitsabläufe eingebunden. Das Problem ist, dass es in Japan noch ein Residence-Programm gibt, also kein PJ, sondern die zwei ersten Jahre als Arzt sind quasi PJ. Ich als Ausländer war dadurch etwas zwischen beiden Abteilungen, leistungstechnisch und vom Wissen her war ich über den Studenten, hatte aber keine Berechtigungen und Möglichkeiten eines Residenten. Natürlich durfte ich Patienten und Behandlungen mit den Oberärzten diskutieren, wirklich praktisch Untersuchungen durchführen war aber Aufgabe der Residents. Gleichzeitig ist das Arbeitsmodell in Japan nicht auf Leistung, sondern eher auf Arbeitslänge definiert. Du bist nicht gut, wenn du eine Tätigkeit in kurzer Zeit schaffst, sondern der beste Arzt ist derjenige, der am längsten in der Klinik bleibt. Dadurch wird gefühlt sehr vieles sehr langsam und ineffizient durchgeführt, was gerade im Vergleich zu den rationalisierten Arbeitsabläufen in deutschen Kliniken im Widerspruch steht und den Japanern nicht verständlich ist (in Deutschland ungefähr 1 Stunde für lap. Cholezystektomie, in Japan eher 4 Stunden). Geld spielt fast keine Rolle in Japan, das nimmt viel Druck von den Ärzten, darum sind die Arbeitsschritte in Japan aber nicht auf Deutschland übertragbar. Dafür haben wir Studenten einige Übungsmöglichkeiten an Plastikmodellen bekommen, viele Pharmafirmen sponsern diese Workshops für Studenten und so konnte ich selbstständig eine eigene laparoskopische Cholezystektomie an einem Plastikmodell durchführen und auch laparoskopisch nähen üben.



Deutschland hat einen sehr hohen Stellenwert in Japan und viele Japaner sind begeistert von deutscher Technik und Operationsmethoden. Natürlich repräsentiert man Deutschland und erklärt viel über andere Verhaltensweisen und Arbeitsstrukturen, auch wenn natürlich nicht alles besser ist in Deutschland. Insgesamt empfinde ich das japanische Gesundheitssystem eigentlich als besser, es wird sich mehr Zeit für den Patienten genommen und es existiert ein strukturiertes Einarbeitungsprogramm für die frischen Assistenzärzte. Niemand wird allein gelassen und jeder Handgriff wird durch einen erfahrenen Kollegen sofort überprüft oder korrigiert. Dadurch passieren viel weniger Fehler und man hat wirklich Spaß am Arbeiten und ist nicht komplett allein mit der Stationsarbeit beschäftigt wie in Deutschland.

Insgesamt war der Aufenthalt in Japan eine wundervolle Zeit, in der ich viel Lernen und Erfahrungen sammeln durfte. Ich bedanke mich bei allen finanziellen Unterstützern und den Organisatoren dieses Austauschprogramms. Ich denke, dass wir viel voneinander lernen können und dieses Programm eine gute Möglichkeit bietet, dass weitere internationale Profil der Universität Würzburg zu vertiefen.