

## Erfahrungsbericht Tongji University, Shanghai – September 2013

Ich machte mich im September 2013 mit einer Freundin auf den Weg nach Shanghai, um dort 4 Wochen im Tenth People's Hospital der Tongji University zu verbringen.

Dadurch, dass wir in Österreich bereits mitten in der Akupunkturausbildung waren, war die Vorfreude groß und die Erwartungen hoch – wir wollten ja schließlich sehen, wie die Profis die TCM betreiben.

### Flug

Wir sind mit Emirates von München über Dubai um ca. 600 € für Hin- und Rückflug geflogen. Es empfiehlt sich den Flug ca. 8-9 Monate im Voraus zu buchen und wenn man das Ganze über Statravel macht, bekommt man den Studententarif.

Vom Flughafen Pudong in Shanghai kann man bis ca. 22 Uhr entweder mit der Metro, oder mit der Magnetschwebbahn in die Stadt fahren. Wenn man, wie wir, um Mitternacht ankommt, muss man ein Taxi nehmen. Um die Kosten zu reduzieren, kann man sich Jemanden suchen der ungefähr in die gleiche Richtung fährt. (Kosten ca. 200-250 RMB = 30-35 €)

### Unterkunft

Wir waren in einem Doppelzimmer im International Dorm am Campus der Tongji University untergebracht. Es wurde wöchentlich die Bettwäsche gewechselt, putzen musste man selber. In jedem Stock gibt's einen Külschrank und Mikrowellen. Kochmöglichkeiten gibt keine, ist aber auch nicht nötig, da man einerseits im Arbeits- und Sightseeingstress sowieso nicht dazu kommt zu kochen, und andererseits das Essen auswärts sehr günstig und gut ist – mehr dazu etwas weiter unten.

### Krankenhaus

Das Tenth People's Hospital ist eines der zehn größten Krankenhäuser in Shanghai und Lehrkrankenhaus der Tongji University of Medicine. Neben dem TCM-Department befinden sich alle anderen üblichen Departments dort: von der Augenheilkunde bis zur plastischen Chirurgie.

Zwei Professorinnen waren für uns zuständig, Prof. Xia und Prof. Xu. Prof. Xia stellte uns Montags ihre Patienten auf der Station vor, und Mittwochs führte sie uns in die Geheimnisse und Möglichkeiten der Kräuterheilkunde ein.

Prof. Xu zeigte uns an den restlichen Tagen ihre Akupunktur- und Schröpfetechniken und Anwendungen der Moxibustion. Wir lernten verschiedene Patienten kennen und durften auch schon bald unsere Stichtechniken unter dem wachsamen Auge der Prof. Xu trainieren. Die Patienten waren alle sehr freundlich, neugierig und ließen uns immer gerne stechen. Wir hätten uns so gerne mit den Patienten selber unterhalten, nur leider konnten nur 2 Patientinnen gut English sprechen. Glücklicherweise konnte Prof. Xu sehr gut English und hat uns alles sehr ausführlich weiterberichtet und erklärt.

Prof. Xia von der Station konnte leider kein Wort English, außer „Hello “ und „Bye, bye“, aber sie hatte immer eine junge Assistenzärztin mit, die sich sehr bemühte uns alles zu übersetzen und uns nebenbei mit allen nötigen Infos rund um Shanghai versorgte.

### Mobilität

Man kann zwischen Metro, Bus und Taxi wählen. Shanghai hat ein hervorragend funktionierendes und verlässliches Metro-Netz – kommt aber nicht auf die Idee mal eine Station früher auszusteigen und zu Fuß zu gehen – die Entfernungen in chinesischen Städten sind etwas anders als in unseren österreichischen „Großstädten“. Um sich den täglichen Gang zum Ticketautomaten zu ersparen, sollte man sich eine Transportcard zulegen – Guthaben draufladen und Shanghai entdecken. Mit dieser Card kann man übrigens auch mit dem Bus und Taxi fahren.

Der Bus ist zwar um einiges günstiger als die Metro, dafür ist aber alles auf Chinesisch. Wenn man eine Strecke öfter fahren muss, kommt man gut zurecht – entweder weil es einem gesagt wurde, oder weil man die Schriftzeichen gut verglichen hat.

Wir waren heilfroh, als wir die direkte Busverbindung vom Dorm zum Krankenhaus entdeckten, das bescherte uns jeden Morgen eine halbe Stunde Schlaf und ersparte uns das lästige Umsteigen in der vollgestopften Metro.

Taxis sind meistens gut und im Vergleich zu unseren Preisen, sehr günstig. Man sollte darauf achten, immer die chinesische Adresse bei sich zu haben, weil 99 % der Taxifahrer kein Englisch können und auch nur Chinesisch lesen können.

### **Kommunikation**

Man sollte sich in den ersten Tagen in einem der vielen blauen „China Mobile“-Shops mit einer chinesischen SIM-Karte ausrüsten. Dort wird man gleich registriert und muss ein Paket für ein Monat nehmen. Wir hatten zunächst ein Paket mit einigen Freiminuten, Frei-SMS und Datenvolumen (38 RMB – ca. 4,50 €). Dieses war aber nur auf den Shanghaier-Raum beschränkt, wie wir erschrocken fest stellen mussten, als unsere Handy's am Huangshan (andere Provinz) gar nicht mehr funktionierten, weil kein Guthaben mehr oben war. Also wer vor hat auch außerhalb von Shanghai anzurufen (Zimmerbuchungen, etc.), in andere Provinzen zu reisen und dort mobil zu sein, sollte sich ein anderes passendes Paket nehmen. Das Datenvolumen am Handy reicht völlig für Whatsapp und Ähnliches. Google-Playstore, Facebook und Youtube funktionieren hier nicht, Apple's Appstore hingegen schon. Also rechtzeitig alle nötigen Apps auf ein SIM-entsperrtes Handy laden, um sie in China nutzen zu können.

Um am Notebook Facebook und Youtube nutzen zu können, benötigt man ein kleines Programm, was eigentlich ein eigener Browser ist, und sich Web Freer nennt – am besten zuhause noch runterladen.

Im Dorm bekommt man als registrierter Student, was man als Famulant nicht ist, einen Zugang mit dem man für 50RMB (ca. 6 €) unbeschränkt das Uni-WLAN nutzen kann. Wir haben von einem Studenten der schon länger dort wohnt, einen Zugang organisiert bekommen.

### **Essen**

Das Essen in China ist meistens gut und relativ günstig. Abgesehen davon, dass die Chinesen oft ganze Tiere, mit Haut, Knochen und Innereien zerhacken und in die Suppen und Saucen schmeißen, herzhaft Hühnerfüße genießen, manchmal aus heiterem Himmel Einem vor die Füße rotzen während man isst, kann man gut satt werden. Neben ganz viel Nudel und Reis mit tollen Gemüse und Fleischsaucen, gibt's noch ganz gute Dumplings, Jaoza, Baoza, Suppen, und, und, und,...

Die Krankenhauskantine kann ich nicht empfehlen, das Essen war meistens kalt und bereitete Bauchschmerzen. Die Straßenküche Shanghai's ist hingegen top. Neben einer Auswahl an Fleisch- und Gemüsespießen jeglicher Art, finden sich sehr gute Nudel- und Reisgerichte und viele andere gute Sachen.

Im Zweifel kann man immer in eines der muslimischen Restaurants gehen – da kann man sicher gehen, dass man sauberes Halal-Fleisch ohne Knochen und Innereien bekommt.

### **Nachtleben**

Shanghai hat man nicht zur Gänze kennengelernt, wenn man nicht das Nachtleben ausgekostet hat. Ladies haben es besonders gut: jeden Abend gibt's in einer anderen z.T. sehr exklusiven Bar oder Club „Ladies Night“. Das bedeutet freier Eintritt und freie Getränke für die Damen.

Den Promotern sei Dank kommen die Jungs auch nicht zu kurz beim Weggehen. Diese organisieren Tische mit freien Getränken in verschiedenen Clubs. Man wird fast täglich per SMS darüber informiert, wo am Abend die Party steigt.

### Sightseeing

Neben der Arbeit im Krankenhaus hat man genügend Zeit um Schanghai zu entdecken. Vom wunderschönen Yugarden, über unzählige Tempelanlagen bis hin zum atemberaubenden Bund mit der faszinierenden Pudong-Skyline und dem World Financial Center.

An den Wochenenden kann man sich in der Umgebung von Shanghai einen Ausgleich zu dem turbulenten Stadtleben suchen. Es gibt viel zu entdecken: einige nahe gelegene Wasserstädte, Hangzhou – mit dem wunderschönen Westlake oder Huangshan – der in Nebelschwaden gehüllte gelbe Berg.

### Traveling

Wir sind im Anschluss an unsere Famulatur noch drei Wochen durch China gereist. Unsere Tour startete in Nanning (Detian-Wasserfall), ging über Guilin (Yangshuo, Drachenknochenreisterrassen), Chengdu (Pandabärenzuchtstation, Riesenbuddha in Leshan), Nationalpark Jiuzhaigou, Xiahe (Kloster Labrang), Xi'an (Terrakotta-Armee), Pingyao, Datong (Yungang-Grotten) bis nach Beijing.

Die Unterkünfte kann man sehr einfach über booking.com oder hostelbookers.com buchen. Wir hatten sehr gute Erfahrungen mit den Hostels vom YHA (Hostelverband).

Die Züge kann man am Bahnhof bis zu 2 Tage im Voraus buchen, in den Reisebüros, gegen eine kleine Gebühr, bis zu 18 Tage im Voraus.

Wir hatten das Pech genau in der Golden Week – einer der 2 Urlaubswochen in China - unterwegs zu sein. Wenn möglich sollte man das vermeiden, bzw. abseits der Touristendestinationen sich bewegen.

Wir haben einige Nächte in Nachtzügen verbracht, und fanden diese, in Anbetracht der Horrorgeschichten, die uns im Vorhinein erzählt wurden, eigentlich ganz angenehm. Ich muss ganz ehrlich sagen, ich habe in manchen Hostels nicht so gut geschlafen, wie auf den billigen Hardsleeper-Liegen im Zug. Es ist zwar immer Bettzeug vorhanden, aber es empfiehlt sich einen Schlafsack mitzunehmen. Am angenehmsten waren die mittleren Liegen, ganz unten setzt sich einfach jeder Einem auf die Füße, auch mitten in der Nacht, und auf der obersten Liege ist einfach zu wenig Abstand zur Decke für uns Europäer, außerdem hat man das Gebläse der Klimaanlage die ganze Nacht im Gesicht.

Einen Teil unserer Reise waren wir auf Busse angewiesen. Diese waren etwas umständlicher zu organisieren, da einfach alles auf Chinesisch angeschrieben ist, und die wenigsten Leute wirklich English sprechen können. Aber wenn man den Chinesen alles aufschreibt, kommen sie meistens gut damit zurecht und man bekommt schlussendlich das, was man möchte.

### Nützliches

Man sollte sich auf jeden Fall zuhause einen internationalen Studentenausweis (ISIC) ausstellen lassen, damit bekommt man bei fast allen Sehenswürdigkeiten einen Rabatt von bis zu 50%.

Als Reiseführer hat sich der Lonely Planet gut bewährt, er hat die wichtigsten Informationen, aktuelle Daten zu den Verkehrsmitteln und Preisen. Man sollte jedoch darauf achten, die aktuellste Auflage zu nehmen, sei es auch die englische Ausgabe, da sich in China Dinge sehr schnell ändern und man eventuell irgendwann vergeblich nach einem Restaurant sucht, das schon längst geschlossen ist.

Am Handy sollte man sich mit einer guten Chinesisch-Deutsch/English-App ausrüsten, um den Chinesen zeigen zu können was man meint, wenn man vergeblich versucht es ihnen mit Händen und Füßen zu erklären.

Mit einigen Discount-Wertkartenanbietern in Österreich kann man ziemlich günstig nach China telefonieren (ca. 0,12 Cent) – eine gute Möglichkeit um mit den Liebsten daheim im Kontakt bleiben.

Bei Fragen zur Famulatur, Shanghai oder allgemein zum Reisen in China stehe ich gerne zur Verfügung – einfach schreiben an [ivana.p@gmx.at](mailto:ivana.p@gmx.at)