

Trò Chuyện với Hăng Làm

Khi lấy quyết định hiến huyết bào gốc, quý vị sẽ muốn có sự thông cảm và giúp đỡ của mạng lưới hỗ trợ – bao gồm hăng làm của quý vị. Điều quan trọng là báo sớm cho người quản lý trực tiếp về quyết định hiến tặng để được sự hỗ trợ hoàn toàn từ người đó và bảo đảm tính uyển chuyển nhất khi sắp xếp các buổi hẹn, lần hiến tặng và thời gian hồi phục. Khi trao đổi về việc hiến tặng, hãy lắng nghe và giải quyết lo lắng của người quản lý để được tốt nhất cho cả hai. Hướng dẫn này đề cập một số thắc mắc người quản lý có thể nêu và đề tài quý vị có thể sử dụng khi trả lời. Đàm luận trung thực này sẽ giúp quý vị được hỗ trợ cần thiết trong công việc khi quý vị thực hiện hành trình cứu lấy tấc mạng.

Những điều cần bản về hiến tặng

H: Hiến tặng huyết bào gốc là gì, và anh/chị sẽ được yêu cầu làm gì?

- Hiến tặng huyết bào gốc là tiến trình cho các tế bào tạo máu khỏe mạnh để thay thế các tế bào bị bệnh của bệnh nhân.
- Có hai phương pháp hiến tặng: thu thập huyết bào gốc ngoại vi (peripheral blood stem cell, hay PBSC) và tủy xương. Bác sĩ của bệnh nhân sẽ chọn phương pháp hiến tặng nào tốt nhất cho bệnh nhân.
- Hiến PBSC là thủ tục không phẫu thuật được thực hiện tại trung tâm huyết học hoặc đơn vị bệnh viện ngoại chấn do Be The Match ký hợp đồng.
 - PBSC là thủ tục hiến tặng giống như thẩm tách lấy huyết tương; tuy nhiên, PBSC mất thời giờ hơn.
 - Nếu được yêu cầu hiến PBSC thì tôi sẽ được chích thuốc trong năm ngày liên tục trước khi hiến tặng, và tôi có thể bị những triệu chứng như bệnh cúm trong thời gian này. Tôi sẽ hiến tặng vào ngày thứ năm.
- Hiến tủy là thủ tục phẫu thuật ngoại chấn được thực hiện trong cùng ngày, ở phòng mổ của bệnh viện.
 - Tôi sẽ được gây mê rồi sau đó các bác sĩ sẽ rút tủy từ xương chậu của tôi.

H: Anh/Chị được chọn làm người hiến tặng như thế nào?

- Tôi tham gia Danh Sách Vị Cứu Tinh (Be The Match Registry®), là cơ sở dữ liệu lớn nhất thế giới của những người hiến tặng huyết bào gốc tự nguyện không họ hàng. Tôi là một trong hơn 20 triệu người hiến tặng khả dĩ tại Mỹ và quốc tế trong danh sách, và bất cứ ai trong số chúng tôi đều có thể là người phù hợp cho người xa lạ cần cấy ghép.
- Tổ chức này sẽ đối chiếu những người tình nguyện hiến tặng như tôi với hàng ngàn bệnh nhân bị ung thư máu, chẳng hạn như bệnh bạch cầu và hạch bạch huyết, bệnh hồng cầu liềm hoặc căn bệnh khác đe dọa đến tấc mạng. Cấy ghép có thể là lựa chọn chữa trị duy nhất có thể cứu tấc mạng của họ.

H: Tại sao trở thành người phù hợp cho bệnh nhân lại rất quan trọng?

- Bảy mươi phần trăm số bệnh nhân cần cấy ghép đều không có ai phù hợp trong gia đình họ, và đành phải nương nhờ vào Be The Match để tìm người hiến tặng không họ hàng. Tôi có thể là người phù hợp nhất để giúp bệnh nhân này.
- Việc đối chiếu bệnh nhân và người hiến tặng phù hợp là điều phức tạp hơn nhiều so với khi chỉ đối chiếu tìm loại máu tương hợp. Việc đối chiếu dựa vào nhiều yếu tố, và yếu tố quan trọng nhất là loại kháng nguyên bạch cầu ở người (human leukocyte antigen, hay HLA) của họ. HLA là các protein (chất đạm) – hay chất chỉ điểm – có trong đa số tế bào của cơ thể.

Hướng dẫn đàm luận: Nên chia sẻ với người quản lý trực tiếp về địa điểm và lý do quý vị tham gia danh sách ngay từ đầu. Điều này có thể giúp người đó hiểu động cơ quý vị muốn giúp người không quen biết.

Cam kết về thời gian

H: Tiến trình hiến tặng ảnh hưởng ra sao đến thời biểu làm việc của anh/chị?

- Nếu được yêu cầu hiến tặng thì tôi có thể phải xin tạm nghỉ không đi làm. Thời gian cam kết cho tiến trình hiến tặng thông thường từ 20-30 tiếng đồng hồ, suốt thời kỳ 4-6 tuần lễ. Điều này bao gồm các cú gọi, điền vào một bản bệnh sử, một lần khám sức khỏe và thu thập.
- Tôi sẽ phải tham dự một phiên họp cho biết thông tin và các buổi hẹn thử máu và trải qua một lần khám sức khỏe – tất cả những hoạt động này đều có mục đích giữ an toàn cho tôi và bệnh nhân khi hiến tặng.

Hướng dẫn đàm luận: Nên bàn luận với đại diện liên lạc người hiến tặng về lịch biểu của quý vị. Họ có thể giúp xác định chương trình cụ thể để quý vị chia sẻ và trấn an người quản lý trực tiếp.

H: Thời gian cam kết cho hai loại hiến tặng có giống nhau không?

- Nói chung, thời gian cam kết chung cho cả hai loại hiến tủy và PBSC đều giống nhau.
- Nếu tôi được yêu cầu hiến PBSC, thì phải cam kết dành thời gian nhiều hơn trước khi hiến tặng do thời gian dành cho các buổi hẹn để được chích thuốc.
- Nếu được yêu cầu hiến tủy thì tôi sẽ cần thời gian hồi phục nhiều hơn sau khi hiến tặng.

H: Anh/chị có cần tạm nghỉ cho tiến trình hiến tặng cùng một lúc không?

- Cam kết thời gian cho việc hiến tặng có thể kéo dài vài tuần, tùy vào một số yếu tố bao gồm thời gian đi lại cho tôi, tình trạng của bệnh nhân và nhiều thứ khác. Do vậy, tôi sẽ cần có được sự linh hoạt trong thời biểu của mình.
- Các buổi hẹn và việc hiến tặng thực tế có thể thay đổi do tình trạng của bệnh nhân.
- Nếu bệnh nhân cần chữa trị thêm trước khi cấy ghép thì việc hiến tặng của tôi có thể bị hoãn lại. Nếu bệnh nhân đáp ứng tốt với các chữa trị khác thì họ có thể không muốn cấy ghép và việc hiến tặng của tôi có thể bị hủy bỏ.

Hướng dẫn đàm luận: Nghĩ cách để giải quyết các dự án làm việc hay ca kíp trong lúc nghỉ. Người quản lý trực tiếp của quý vị sẽ đánh giá cao việc này.

H: Anh/chị cần đi đâu cho các buổi hẹn và việc hiến tặng?

- Để bảo đảm thể thức luôn luôn an toàn cho người hiến tặng, Be The Match chỉ hợp tác với những bệnh viện và cơ sở nào giàu kinh nghiệm thu thập tủy hoặc PBSC. Nếu không có cơ sở tham gia ở gần thì tôi sẽ phải đi xa.
- Có thể tôi sẽ phải đi xa để hiến tặng hoặc để hoàn tất bất cứ giai đoạn nào của tiến trình này. Chuyển đi này chủ yếu dựa trên nhu cầu và thời biểu của bệnh nhân.
- Tôi không cần phải đi đến địa điểm của bệnh nhân để hiến tặng. Người vận chuyển sẽ giao các tế bào của tôi đến địa điểm của bệnh nhân sau khi hiến tặng.

Thù lao

H: Anh/chị có lấy giờ nghỉ hưởng lương/thời gian nghỉ phép cho những buổi hẹn này không?

Bàn luận về giờ nghỉ hưởng lương (paid time of, hay PTO) so với nghỉ không lương là vấn đề riêng cho mỗi người hiến tặng tùy vào việc làm, người quản lý trực tiếp và chính sách của tổ chức của quý vị. Thay vì đề tài bàn luận, sau đây là các chỉ dẫn sẽ giúp quý vị chuẩn bị cho buổi đàm luận quan trọng này.

Hướng dẫn đàm luận: Trước khi bàn thảo đề tài này với người quản lý trực tiếp, quý vị nên xem chính sách của nhân viên về việc nghỉ vì lý do y tế. Một số tiểu bang có luật đòi hỏi hãng làm phải cho nhân viên nghỉ để hiến tặng mà không dùng giờ nghỉ bệnh hay nghỉ phép. Muốn xem các quy chế nghỉ để hiến tặng theo tiểu bang, vào BeTheMatch.org/StateStatutes.

H: Anh/chị có được trả thù lao khi hiến tặng không?

- Be The Match là chương trình tự nguyện. Nếu được yêu cầu hiến tặng, tôi sẽ không được trả thù lao để cứu người không quen biết.

Hướng dẫn đàm luận: Nếu tổ chức của quý vị không có chính sách nghỉ để hiến tặng có lương thì người quản lý có thể yêu cầu quý vị lấy PTO hay nghỉ phép cho các buổi hẹn và lần hiến tặng thực sự. Nếu quý vị không có giờ nghỉ hưởng lương khi đi làm thì người quản lý có thể cho quý vị nghỉ không lương. Nếu đây là rào cản đáng kể cho việc hiến tặng thì xin liên lạc với đại diện liên lạc người hiến tặng để bàn thảo các tài nguyên có thể có sẵn cho quý vị.

Giới hạn về hồi phục và sức khỏe

H: Bao lâu thì anh/chị có thể trở lại làm việc sau khi hiến tặng?

- Thời gian hồi phục đối với các thể thức hiến tủy và PBSC khác nhau do đó tùy vào việc tôi được yêu cầu hiến tặng loại nào.
- Nếu hiến PBSC thì tôi có thể trở lại làm việc, đến trường hay thực hiện các hoạt động khác trong một đến hai ngày, tùy vào trách nhiệm công việc của tôi.
- Nếu hiến tủy thì tôi sẽ trở lại làm việc, đến trường và thực hiện bất cứ hoạt động thông thường nào khác trong vòng từ một tới bảy ngày. Nếu có thể, tôi được khuyến cáo nên làm việc nửa ngày trong trường hợp trở lại với công việc, rồi tăng dần thời gian lên tùy theo sức của mình. Nếu công việc làm đòi hỏi nhiều sức lực hoặc nâng nhấc vật nặng thì cần nhiều thì giờ hồi phục hơn.

H: Anh/chị có cần tránh bất cứ hoạt động nào khi trở lại làm không?

- Nếu hiến PBSC thì tôi được khuyến cáo phải:
 - Chờ 24 giờ trước khi điều khiển máy móc hạng nặng, leo lên thang hay làm việc trên cao.
 - Chờ ba ngày trước khi lái máy bay hay làm việc trên tư cách tiếp viên hàng không; tuy nhiên làm hành khách đi máy bay thì không sao.
- Nếu hiến tủy, tôi được khuyến cáo phải:
 - Tránh nâng vật nặng, gặp người hay tập thể dục, cũng như kiêng vắc hơn 10 cân Anh trong tuần đầu tiên.
 - Dành đủ thì giờ nghỉ giữa những lần hoạt động nặng nhọc suốt cả ngày trong tuần đầu tiên.

Vài Nét về Be The Match

H: Làm thế nào anh/chị có thể chắc chắn Be The Match là tổ chức hợp pháp?

- Tổ chức hàng đầu trong lãnh vực trị liệu tế bào, Be The Match được thành lập vào 1987 và đã giúp thực hiện hơn 92,000 đợt cấy ghép để mang đến cho bệnh nhân cơ hội phục sinh.
- Chánh phủ Hoa Kỳ đã giao phó cho Be The Match điều hành Chương Trình Cấy Ghép Tế Bào C. W. Bill Young (C. W. Bill Young Cell Transplantation Program), là chương trình liên bang hỗ trợ hiến tặng và cấy ghép tủy xương và máu dây rốn.
- Be The Match là đầu mối của hệ thống cấy ghép toàn cầu. Tiêu chuẩn của tổ chức được lập ra để bảo đảm phẩm chất chăm sóc cao cấp cho bệnh nhân và người hiến tặng, đồng thời cũng đáp ứng tiêu chuẩn quốc gia.

Hướng dẫn đàm luận: Chia sẻ video “Mừng Be The Match” với hăng làm của quý vị để cho họ biết tóm lược ngắn gọn về lịch sử của Be The Match.
Vào BeTheMatch.org/CelebrateVideo.

H: Tôi có thể nói chuyện với người nào tại Be The Match về việc hiến tặng của anh/chị hay lấy giấy tờ chánh thức không?

- Có, tôi cho thể ủy quyền cho đại diện liên lạc người hiến tặng trao đổi với ông/bà; tuy nhiên xin hiểu là họ không thể cung cấp thông tin cụ thể về hồ sơ của tôi do tánh chất kín đáo. Ngoài ra, ông/bà có thể vào BeTheMatch.org để biết thông tin toàn diện về tiến trình hiến tặng và thời gian cam kết dành cho người hiến tặng.

H: Be The Match thật tuyệt vời! Tổ chức của chúng ta có thể tham gia như thế nào?

- Có nhiều cách để nhân viên của chúng ta tham gia, bao gồm:
 - Tổ chức buổi tuyển dụng người hiến tặng tại văn phòng. Vào BeTheMatch.org/Donor-Drive để biết thông tin về việc sắp xếp.
 - Trao quà tặng tài chánh. Vào BeTheMatch.org/Giving để biết thêm thông tin về cách tổ chức chúng ta có thể ủng hộ Be The Match qua các chương trình đóng góp tài chính và khuyến khích nhân viên đóng góp.
 - Tình Nguyện Viên cho Be The Match. Vào BeTheMatch.org/Volunteer để biết thông tin về cách nhân viên có thể tham gia làm tình nguyện viên với Be The Match.
 - Hãy giúp kể câu chuyện hiến tặng của tôi như là cách khuyến khích người khác tham gia vào Danh Sách Vị Cứu Tinh, và cho thấy tổ chức của chúng ta hỗ trợ lý do cá nhân của nhân viên ra sao.

Các tài nguyên người hiến tặng khác

- Vào BeTheMatch.org/DonorToolkit và bấm vào “Trò Chuyện với Hãng Làm” để biết thêm tài nguyên, bao gồm thư giới thiệu của Be The Match cho hãng làm, giải thích nhu cầu cần người hiến tặng và tiến trình này bao gồm những gì.
- Nếu hãng làm muốn lập chánh sách nghỉ có lương cho người hiến tặng tại tổ chức của quý vị, liên lạc với đại diện liên lạc người hiến tặng để biết thêm thông tin.