

# 고용주와 대화하기

혈액 줄기 세포를 기증하기로 결정할 때, 고용주를 포함한 지원 네트워크의 이해와 도움을 받기를 원할 것입니다. 초기에 직속 상사에게 기증 결정을 알려, 상사의 진폭적인 지원을 받고 예약, 기증, 회복 시간을 위한 가장 유연한 업무 일정을 보장받는 것이 중요합니다. 기증에 대해 이야기할 때, 두 사람 모두에게 최선의 경험을 제공하기 위해 직속 상사의 우려사항을 경청하고 이에 직접적으로 답변합니다. 이 가이드는 직속 상사가 가지고 있을 수 있는 일부 질문들, 이에 답변할 때 사용할 수 있는 요점에 대해 설명합니다. 이 정직한 대화는 귀하의 생명을 구하는 여정 동안 필요한 직장 지원을 받는 데 도움이 될 것입니다.

## 기증에 관한 기본 정보

**Q: 혈액 줄기 세포 기증이란 무엇이고 귀하가 무엇을 하도록 요청받고 있습니까?**

- 혈액 줄기 세포 기증은 환자의 건강하지 않은 세포를 교체하기 위해 건강한 혈액 형성 세포를 제공하는 절차입니다.
- 기증에는 두 가지 방식, 즉 말초혈액 줄기세포(PBSC) 채취와 골수 채취가 있습니다. 환자의 담당 의사가 환자에 최선인 기증 방법을 선택하죠.
- PBSC 기증은 Be The Match가 계약을 체결한 혈액 센터 또는 외래환자 병원 시설에서 시행되는 비외과적 절차입니다.
  - PBSC 기증 절차는 성분헌혈이라고 하고 혈장 기증과 유사하나, PBSC 기증은 보통 오랜 시간이 소요됩니다.
  - 제가 PBSC 를 기증하도록 요청받는 경우, 기증 전 연속으로 5 일 동안 약물을 주사받게 되고 이 시간 동안 독감 유사 증상을 경험할 수 있습니다. 제 기증은 5 일째에 이루어집니다.
- 골수 기증은 병원 수술실에서 이루어지는 당일 외과적, 외래환자 시술입니다.
  - 저는 마취를 받게 되고, 마취 후 의사가 골반 뼈로부터 골수를 채취할 것입니다.

**Q: 당신이 어떻게 기증자로 선택되었습니까?**

- 저는 세계 최대 규모의 비혈연 자발적 혈액 줄기 세포 기증자 데이터베이스인 Be The Match Registry®에 가입했습니다. 저는 골수 기증자 등록에 가입한 2,000만명 이상의 미국과 해외의 잠재적 기증자들 중 한 명이고, 가입자 중 누구든 이식을 필요로 하는 낮은 환자의 일치자로 확인될 수 있습니다.
- 이 조직은 백혈병과 림프종 같은 혈액암, 겸상 적혈구 빈혈 또는 그 밖의 생명을 위협하는 질환을 앓고 있는 수천 명의 환자와 일치하는 저와 같은 자발적 기증자들을 찾습니다. 이식은 이들의 생명을 구할 수 있는 유일한 치료 옵션일 수 있습니다.

**Q: 환자의 일치자인 것이 왜 그렇게 중요합니까?**

- 이식을 필요로 하는 환자들의 70%가 자기 가족 내에서 일치자를 찾지 못하고, 비혈연 기증자를 찾기 위해 Be The Match에 의존합니다. 제가 이 환자를 도울 수 있는 최선의 일치자일 수 있습니다.
- 환자와 기증자를 일치시키는 것은 단순히 혈액형을 일치시키는 것보다 훨씬 복잡합니다. 이는 많은 요인들에 기반하고, 그 중 가장 중요한 것이 인체 조직적합 항원(HLA) 유형입니다. HLA는 인체 대부분의 세포에서 발견되는 단백질 또는 표지자입니다.

---

**대화 요령:** 우선 직속 상사와 귀하가 등록에 가입한 장소와 이유에 대해 공유하는 것을 생각해 보십시오. 이는 귀하가 심지어 알지도 못하는 누군가를 돕고자 하는 동기를 상사에게 이해시키는 데 도움이 될 수 있습니다.

---

## 시간적 헌신

**Q: 기증 절차가 어떻게 업무 일정에 영향을 미칠 것입니까?**

- 제가 기증을 요청받는 경우, 얼마간 휴가를 내야 할 수도 있습니다. 기증 절차에 소요되는 시간은 보통 4-6주에 걸쳐 20-30시간이예요. 이에겐 전화 통화, 병력 작성, 신체 검사, 채취가 포함됩니다.
- 저는 정보 설명회와 혈액 검사를 위한 예약에 참석하고, 신체 검사를 받아야 할 것입니다. 이 모든 활동은 기증이 저와 환자에게 안전하도록 보장하기 위한 것입니다.

---

**대화 요령:** 기증자 연락 책임자와 귀하의 일정에 대해 상의하십시오. 이들은 직속 상사가 불안해 하지 않도록 상사와 공유할 수 있는 계획을 수립하도록 도와줄 수 있습니다.

---

### Q: 두 유형의 기증에 할애하는 시간이 동일합니까?

- 일반적으로, 골수와 PBSC 기증을 위해 할애해야 할 전반적인 시간은 동일합니다.
- 제가 PBSC를 기증하도록 요청받는 경우, 기증일 전 약물 주사를 투여받는 예약에 할애하는 시간으로 인해 할애해야 할 시간이 더 많습니다.
- 제가 골수 기증을 요청받는 경우, 기증 후 더 많은 회복 시간이 필요할 것입니다.

### Q: 기증 절차를 위해 한꺼번에 휴가를 내야 할 것입니까?

- 저의 여행 시간, 환자의 상태 등을 포함한 여러 요인들에 따라, 기증을 위해 할애할 시간은 몇 주에 걸쳐 분산될 수 있습니다. 이로 인해, 제 일정에 일정 정도 유연성이 필요할 것입니다.
- 기증까지의 예약들과 실제 기증은 환자 상태로 인해 변경될 수 있습니다.
- 환자가 이식 전 추가 치료를 받아야 하는 경우, 제 기증이 연기될 수 있습니다. 환자가 다른 치료에 잘 반응하는 경우, 이식을 받지 않기로 결정하고 제 기증이 취소될 수 있습니다.

**대화 요령:** 휴가 기간 동안 귀하의 업무 프로젝트 또는 교대 근무를 처리할 방법을 브레인스토밍합니다. 직속 상사가 아마도 이러한 노력을 감사하게 생각할 것입니다.

### Q: 예약과 기증을 위해 어디를 방문해야 할 것입니까?

- 기증 절차가 기증자에게 안전하도록 보장하기 위해, Be The Match는 골수 또는 PBSC 채집에 경험이 있는 병원과 시설들과만 협력합니다. 인근에 이용 가능한 참여 시설이 없는 경우, 제가 여행해야 할 것입니다.
- 기증하기 위해 또는 기증 절차상 필요한 어떤 단계를 위해 여행해야 할 수도 있어요. 여행은 주로 환자의 필요와 일정에 따라 결정됩니다.
- 기증하기 위해서 제가 환자가 있는 곳으로 가지는 않을 거예요. 기증 후 제 세포는 배송업체가 환자의 장소로 직접 가져다 줍니다.

### 보상

### Q: 이 예약을 위해 PTO/휴가 시간을 이용할 것입니까?

유급 휴가(PTO) 대 무급 휴가 논의는 귀하의 직무, 직속 상사, 조직 정책에 따라 각 기증자마다 고유할 것입니다. 요점 대신, 다음 요령이 이 중요한 대화를 준비하는 데 도움이 될 것입니다.

**대화 요령:** 직속 상사와 이 주제에 관해 논의하기 전, 의학적 이유로 인한 휴가에 대한 직원 정책을 확인합니다. 일부 주는 고용주들에게 병가 또는 휴가를 사용하지 않고 기증을 위한 휴가를 제공하도록 요구하는 법률을 확립해 놓았습니다. 주별 기증자 휴가 법령을 검토하려면,

[BeTheMatch.org/StateStatutes](http://BeTheMatch.org/StateStatutes) 를 방문하십시오.

### Q: 기증에 대한 대가를 지급받게 됩니까?

- Be The Match는 자원자 프로그램입니다. 제가 기증을 요청받는 경우, 제가 알지 못하는 누군가의 생명을 구하는 일에 대해 보상을 받게 되지 않을 것입니다.

**대화 요령:** 귀 조직에 유급 기증자 휴가 정책이 없는 경우, 직속 상사가 예약과 실제 기증을 위해 PTO 또는 휴가 시간을 사용하도록 요청할 수 있습니다. 고용의 일부로 유급 휴가가 없는 경우, 직속 상사는 무급 휴가를 이용하도록 기대할 수 있습니다. 이러한 상황이 기증의 중대한 장애물이 되는 경우, 담당 기증자 연락 책임자에게 연락하여 이용할 수 있는 자원에 관해 논의하십시오.

## 회복 및 신체적 제약사항

### Q: 기증 후 얼마나 빨리 업무에 복귀할 수 있을 것입니까?

- 골수와 PBSC 절차의 회복 시간은 다르기에, 이는 궁극적으로 제가 무엇을 기증하도록 요청 받는지에 따라 결정됩니다.
- 제가 PBSC를 기증하는 경우, 직무 책임에 따라 1-2일 내에 직장, 학교, 다른 활동에 복귀할 수 있을 것입니다.
- 제가 골수를 기증하는 경우, 1-7일 내에 직장, 수업, 정상적인 활동에 복귀할 수 있을 것입니다. 가능한 경우, 직장에 복귀한 후 만나질 동안만 일한 후, 점차 시간을 늘려가는 것이 권장됩니다. 직무 상 육체적 노동을 하거나 무거운 것을 들어야 하는 경우, 좀 더 긴 회복 시간이 필요할 수 있습니다.

### Q: 직장에 복귀할 때 참가해야 할 활동이 있습니까?

- 제가 PBSC를 기증하는 경우, 다음이 권장됩니다.
  - 24 시간이 경과한 후, 중장비 작동, 사다리 타기 또는 고소 작업을 개시합니다.
  - 3일이 경과한 후, 비행기 조정 또는 승무원 활동을 개시합니다. 그러나 승객으로 비행하는 것은 괜찮습니다.
- 제가 골수를 기증하는 경우, 다음이 권장됩니다.
  - 첫 주 동안 10 파운드 넘게 들기뿐만 아니라, 무거운 것 들기, 구부리기 또는 운동을 삼가합니다.
  - 첫 주 동안 하루에 힘든 활동을 해야 할 기간들 사이에 시간적 간격을 둡니다.

## Be The Match에 관한 정보

### Q: Be The Match가 합법적인 조직인지 어떻게 확신할 수 있습니까?

- 세포 요법 분야의 리더인 Be The Match는 1987년 설립되어, 92,000건 이상의 이식을 촉진함으로써 환자들에게 또 다른 삶의 기회를 제공했습니다.
- 미국 정부가 Be The Match에 골수와 제대혈 기증과 이식을 지원하는 연방 프로그램인 C.W. Bill Young 세포 이식 프로그램의 운영을 위탁했습니다.
- Be The Match는 글로벌 이식 네트워크의 중심 조직입니다. 이 조직의 기준은 환자와 기증자가 양질의 진료를 받고, 정부 요건의 이행을 보장하도록 설계되어 있습니다.

---

**대화 요령:** Be The Match의 연혁에 관한 간략한 요약은 제공하기 위해 “Celebrating Be The Match” 비디오를 고용주와 공유하십시오.

[BeTheMatch.org/CelebrateVideo](https://www.bethematch.org/CelebrateVideo) 를 방문하십시오.

---

### Q: 제가 귀하의 기증에 관해 Be The Match 직원과 이야기하거나 공식 문서를 받을 수 있습니까?

- 예. 제가 담당 기증자 연락 책임자가 귀하와 대화하도록 승인할 수 있습니다. 그러나 이들이 기밀유지로 인해 제 사례에 관한 구체적인 상세정보를 제공할 수 없을 것임에 유의하십시오. 또한 [BeTheMatch.org](https://www.bethematch.org)를 방문하여 기증 절차와 기증자들에 요구되는 시간 할애에 관한 종합적인 정보를 조회할 수 있습니다.

**Q: Be The Match가 매우 좋은 것 같습니다! 우리 조직이 어떻게 참여할 수 있습니까?**

- 직원들이 참여할 수 있는 다음과 같은 많은 방법들이 있습니다.
  - 사무실에서 기증자 모집 캠페인을 개최합니다. 스케줄링 정보를 위해 [BeTheMatch.org/Donor-Drive](https://www.bethematch.org/Donor-Drive) 를 방문하십시오.
  - 재정적 기부를 실시합니다. 조직이 금전적 기부, 직장 기부 프로그램을 통해 Be The Match 를 지원할 수 있는 방법에 관한 정보를 위해 [BeTheMatch.org/Giving](https://www.bethematch.org/Giving) 을 방문하십시오.
  - Be The Match 에 자원봉사합니다. 직원들이 Be The Match 에 자원봉사할 수 있는 방법에 관한 정보를 위해 [BeTheMatch.org/Volunteer](https://www.bethematch.org/Volunteer) 를 방문하십시오.
  - 다른 사람들이 Be The Match 골수 기증자 등록에 가입하도록 독려하고 조직이 직원들의 개인적 명분을 지원하는 방법을 보여주는 수단으로 제 기증 경험담을 알릴 수 있도록 돕습니다.

## 추가 기증자 자원

- 기증자의 필요, 기증 절차에 수반되는 사항을 설명하는 Be The Match가 고용주에게 제공하는 소개 서한을 포함한 추가 자원을 위해 [BeTheMatch.org/DonorToolkit](https://www.bethematch.org/DonorToolkit)를 방문하여 “Talking with Your Employer(고용주와 대화하기)”를 클릭합니다.
- 고용주가 귀 조직에 유급 기증자 휴가 정책을 확립하는데 관심이 있는 경우, 추가 정보를 위해 기증자 연락 책임자에게 연락하십시오.