

## 与您的雇主交谈

当您决定捐赠血液干细胞时，您将需要包括您的雇主在内的支持网络的理解与帮助。必须尽早通知您的直接主管有关您捐赠的决定，以获得他或她的全力支持，并确保根据约诊、捐赠和恢复时间，对您的时间表作出最大的灵活性安排，这一点至关重要。在谈论捐赠时，请倾听并解决您主管的顾虑，从而为你们双方提供最佳的体验。本指南涵盖了您的主管可能提出的一些问题以及您在回答时可以使用的谈话要点。这种诚实的对话将帮助您在挽救生命过程中得到所需的工作支持。

### 捐赠基础

#### 问：什么是血液干细胞捐赠，您被要求做些什么？

- 血液干细胞捐赠是将我的健康造血细胞送给患者，以替代患者体内不健康细胞的过程。
- 有两种捐赠方法：外周血干细胞 (peripheral blood stem cell, PBSC) 和骨髓。患者的医生选择最适合患者的捐赠方法。
- PBSC 捐赠是一种非手术程序，在与 NMDP<sup>SM</sup> 签订合同的血液中心或医院门诊设施中进行。
  - PBSC 捐赠程序称为机采，与血浆捐赠类似；但是，PBSC 捐赠通常需要更长时间。
  - 如果我被要求捐赠 PBSC，则我在捐赠前将连续五天接受药物注射，在这段时间内，我可能会出现流感样症状。我在第五天捐赠。
- 骨髓捐赠是在医院手术室进行的同日外科门诊手术。
  - 我将接受麻醉，然后医生将从盆骨中抽出骨髓。

#### 问：您是如何被选为供者的？

- 我加入了 NMDP 注册表<sup>SM</sup>，这是世界上最多元化的志愿者血液干细胞供者数据库。我是注册表中超过 4100 万美国和国际潜在供者之一，我们中的任何一人都可能被确认为是需要移植的陌生人的匹配对象。
- 该组织将像我这样的志愿供者与数以千计的患有血液癌症（如白血病、淋巴瘤、镰状细胞贫血或其他危及生命的疾病）患者进行匹配。移植可能是唯一可以挽救其生命的治疗选择。

#### 问：为什么与患者匹配如此重要？

- 70% 需要移植的患者在自己的家人中找不到完全匹配的捐赠者，因此依靠 NMDP 寻找非亲缘供者。我可能是帮助这名患者的最佳匹配者。
- 匹配患者和供者比简单地匹配血型更复杂。它根据许多因素，其中最重要的因素是他们的人类白细胞抗原 (human leukocyte antigen, HLA) 分型。HLA 是体内大多数细胞中存在的蛋白质或标志物。

**谈话提示：**首先请考虑告诉您的直接主管，您在何处以及为何加入注册表。这可能有助于他或她了解您想要帮助陌生人的动机。

## 时间承诺

### 问：捐赠过程将如何影响您的工作时间表？

- 如果要求我捐赠，我可能不得不请假一段时间。捐赠过程的时间承诺通常为在4至6周内花费20至30小时。这包括电话联系、填写健康病史、体格检查和采集。
- 我将必须参加信息告知，并进行血液检查约诊，完成体格检查——所有这些活动都确保捐赠对我和患者来说都是安全的。

#### 谈话提示：与您的供者

联系代表谈谈您的时间安排。他们可以帮助您确定可与直接主管分享的计划，以使他们放心。

### 问：两种捐赠方式的时间承诺是否相同？

- 通常，骨髓和PBSC捐赠的总时间承诺相同。
- 如果要求我捐赠 PBSC，则由于要花一些时间参加约诊以接受药物注射，所以在捐赠之前还有更多的时间承诺。
- 如果要求我捐赠骨髓，捐赠后我将需要更多的恢复时间。

### 问：您是否只需要一次性请假就完成全部捐赠过程？

- 捐赠的时间承诺可能分布于数周内，具体取决于许多因素，包括我的出行时间、患者的状况等。因此，我的时间安排上需要一些灵活性。
- 实际捐赠前和捐赠时的约诊可能会因患者状况而异。
- 如果患者在移植前需要更多治疗，则我的捐赠可能会推迟。如果患者对其他治疗的反应良好，他或她可能决定不继续进行移植，而我的捐赠可能会被取消。

谈话提示：仔细思考当您请假外出时如何保障您的工作项目或班次。您的直接主管可能会赞赏您的考虑。

### 问：您将需要去哪里参加约诊和捐赠？

- 为确保该程序对供者安全，NMDP 只与有经验的医院和设施合作进行骨髓或外周血干细胞的采集。如果附近没有可用的参与设施，我将需要出行。
- 可能会要求我出行以进行捐赠或捐赠过程中的任何步骤。出行主要基于患者的需求和时间表。
- 我将不会前往患者所在地进行捐赠。捐赠后，我的细胞将由快递员人工运送到患者所在地。

## 补偿

### 问：您会花费 PTO/休假时间进行这些约诊吗？

对于每位供者而言，关于带薪休假 (paid time off, PTO) 与无薪休假的讨论将根据个人具体情况，取决于您的工作、您的直接主管和所在组织的政策。以下提示可代替您的谈话要点，使您为这次重要谈话做好准备。

**谈话提示：**在与您的直接主管讨论此话题之前，请调查您的雇员政策中因医学原因而请假的条款。一些州制定了法律，要求雇主给前去捐赠的雇员安排请假时间，且不动用病假或休假。如需查看各州的供者休假法规，请访问[nmdp.org/StateStatutes](http://nmdp.org/StateStatutes)

### 问：您会因捐赠收到报酬吗？

NMDP 是一个志愿者项目。如果我被要求捐赠，则我不会因为帮助挽救陌生人的生命而获得任何补偿。

**谈话提示：**如果您所在的组织没有带薪供者休假政策，那么您的主管可能会要求您动用 PTO 或休假时间进行约诊和实际捐赠。如果您的工作没有安排带薪休假，您的主管可能会希望您安排无薪休假。如果这成为阻碍您捐赠的重大障碍，请与您的供者联系代表联系，讨论您可用的资源。

## 恢复和身体限制

### 问：您在捐赠后多久才能恢复工作？

- 骨髓和PBSC程序的恢复时间不同，因此，这最终取决于我被要求捐赠什么。
- 如果我捐赠PBSC，则根据工作职责，我应该能够在一天到两天内恢复工作、上学和其他任何活动。
- 如果我捐赠骨髓，我应该能够在一天到七天内恢复工作、上学和任何正常活动。如果可能，建议我恢复工作时实行半天工作制，并尽我所能增加工作时间安排。如果我的工作涉及体力劳动或繁重工作，则可能需要更多的恢复时间。

### 问：您重返工作岗位时，有什么活动应该避免吗？

- 如果我捐赠PBSC，建议我：
  - 等待24小时后再操作重型机械、爬梯子或高空作业。
  - 等待三天后再驾驶飞机或担任机组人员；但是，可以乘坐飞机。
- 如果我捐赠骨髓，建议我：
  - 在第一周，避免举重物、屈身或体育锻炼以及举起10磅以上的重物。
  - 在第一周，一天内如有多次剧烈活动，则应保持一定间隔。

## 关于 NMDP

### 问：您如何确定 NMDP 是合法组织？

- 作为细胞治疗领域的领导者，NMDP 成立于 1987 年，已经促成了 120,000 多例移植，为患者提供了二次生命的机会。
- 美国政府已委托 NMDP 开展 C. W. Bill Young 细胞移植计划，这项联邦计划旨在支持骨髓和脐带血的捐赠和移植。
- NMDP 是全球移植网络的枢纽。该组织制定的标准旨在确保患者和供者获得高质量护理，并满足政府要求。

**谈话提示：**与您的雇主分享“100,000 次移植故事”  
[视频](#)，让他们更多了解 NMDP。

### 问：我可以和 NMDP 的某位工作人员谈谈您的捐赠事宜或获得正式文件资料吗？

- 是的，我可以授权我的供者联系代表与您交谈；但是，请注意，由于保密原因，他们将无法提供有关我病例的特定详细信息。另外，您可以访问 [nmdp.org](https://www.nmdp.org)，以获取有关供者的捐赠过程和时间承诺的全面信息。

### 问：NMDP 听起来很棒！我们的组织如何参与？

- 我们的雇员可以通过多种方式参与，包括：
  - 在我们办公室内举办供者招募活动。请访问 [nmdp.org/Donor-Drive](https://www.nmdp.org/Donor-Drive) 获取时间安排的信息。
  - 赠送捐款。请访问 [nmdp.org/giving](https://www.nmdp.org/giving) 以获取有关我们组织如何通过捐款和为计划提供工作场所来支持 NMDP 的信息。
  - 为 NMDP 做志愿者。访问 [nmdp.org/volunteer](https://www.nmdp.org/volunteer) 以获取有关雇员如何成为 NMDP 志愿者的信息。
  - 帮助讲述我的捐赠故事，以此鼓励他人加入 NMDP 注册表，并展示我们组织如何支持雇员的个人事业。

### 额外的供者资源

- 访问 [nmdp.org/DonorToolkit](https://www.nmdp.org/DonorToolkit)，然后单击“与您的雇主交谈”以获取更多资源，包括 NMDP 致您的雇主的介绍信，其中说明了对供者的需求以及该过程涉及的内容。
- 如果您的雇主有兴趣在您所在组织制定带薪供者休假政策，请联系您的供者联系代表，以获取更多信息。