

## Trò chuyện với công ty của quý vị

Nếu quý vị là nhân viên và quyết định hiến tặng huyết bào gốc, điều quan trọng là phải thông báo sớm cho công ty của quý vị về quá trình hiến tặng. Thảo luận về các nhu cầu của quý vị và cách họ có thể hỗ trợ quý vị sẽ giúp quản lý cam kết về thời gian liên quan đến quá trình hiến tặng và hồi phục. Điều này có thể ảnh hưởng đến sự có mặt của quý vị. Hướng dẫn này cung cấp câu trả lời cho những câu hỏi thường gặp của công ty, cùng với những đề tài thảo luận giúp quý vị giao tiếp hiệu quả.

### Hiến tặng

#### Hỏi: Hiến tặng huyết bào gốc là gì, và bạn sẽ được yêu cầu làm gì?

- Hiến tặng huyết bào gốc là việc cung cấp các tế bào tạo máu khỏe mạnh để thay thế các tế bào không khỏe mạnh của bệnh nhân đang chiến đấu với các bệnh ung thư máu hoặc các bệnh về máu hiếm gặp. Có hai phương pháp hiến tặng: thu thập huyết bào gốc ngoại vi (peripheral blood stem cell, PBSC) và thu thập tủy xương. Bác sĩ của bệnh nhân quyết định phương pháp nào là tốt nhất cho bệnh nhân.
- **Hiến tặng PBSC** là thủ thuật không phẫu thuật diễn ra tại một trung tâm huyết học hoặc cơ sở bệnh viện ngoại trú.
  - Quy trình hiến tặng PBSC được gọi là phân tách máu và tương tự như hiến tặng huyết tương; tuy nhiên, PBSC mất thời giờ hơn.
  - Nếu tôi được đề nghị hiến tặng PBSC thì tôi sẽ được tiêm một loại thuốc trong năm ngày liên tiếp để làm tăng số lượng tế bào khỏe mạnh trong cơ thể. Trong thời gian này, tôi có thể gặp các triệu chứng như mệt mỏi, nhức đầu hoặc đau nhức cơ thể. Việc hiến tặng của tôi diễn ra vào ngày thứ năm.
- **Hiến tủy** là thủ thuật phẫu thuật ngoại trú được thực hiện trong ngày ở phòng mổ của bệnh viện.
  - Tôi sẽ được gây mê trong khi bác sĩ rút tủy từ xương chậu của tôi.

#### Hỏi: Bạn được chọn làm người hiến tặng như thế nào?

- Tôi đã gia nhập NMDP Registry<sup>SM</sup>. Mỗi lần tìm kiếm thông qua NMDP<sup>SM</sup> cho phép bệnh nhân tiếp cận được tới hơn 43 triệu người hiến tặng tiềm năng trên thế giới. Bất cứ ai trong chúng ta cũng có thể được xác định là người phù hợp cho một người lạ đang 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 u bạch huyết, bệnh hồng cầu liềm hoặc căn bệnh khác đe dọa đến tính mạng. Cấy ghép có thể là lựa chọn điều trị duy nhất có thể cứu tính mạng của họ.

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

- Bảy mươi lăm phần trăm số bệnh nhân cần cấy ghép đều không có người hiến tặng phù hợp hoàn toàn trong gia đình họ, và đành phải nương nhờ vào NMDP để tìm người hiến tặng không có quan hệ huyết thống. Tôi có thể là người phù hợp nhất để giúp bệnh nhân này.
- Việc đối chiếu bệnh nhân và người hiến tặng là điều phức tạp hơn nhiều so với chỉ đối chiếu loại máu. Điều này bao gồm nhiều yếu tố, quan trọng nhất là loại kháng nguyên bạch cầu người (human leukemia antigen, HLA). HLA là các protein – hay chất chỉ điểm – được tìm thấy trên hầu hết các tế bào trong cơ thể, và sự phù hợp chặt chẽ là thiết yếu để có ca cấy ghép thành công.

**Hướng dẫn trò chuyện:** Hãy chia sẻ sự phấn khích với việc hiến tặng, nhưng **chia sẻ một cách thận trọng**. Các bệnh nhân tin tưởng rằng quý vị giữ kín danh tính của họ. Đừng chia sẻ ngày hiến tặng chính xác. Và đừng chia sẻ tuổi, bệnh và giới tính cụ thể của bệnh nhân.

**Hướng dẫn trò chuyện:** 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 giúp họ hiểu động lực quý vị muốn giúp người không quen biết.

## Cam kết về thời gian

**Hỏi: Bạn có lấy giờ nghỉ hưởng lương/thời gian nghỉ phép cho những buổi hẹn này không?**

- Việc trò chuyện về giờ nghỉ hưởng lương (PTO) so với nghỉ không lương sẽ thay đổi cho mỗi người hiến tặng dựa theo việc làm, người quản lý trực tiếp và chính sách của công ty của quý vị.

**Hướng dẫn trò chuyện:** Trước khi thảo luận chủ đề này với người quản lý trực tiếp, quý vị nên xem chính sách dành cho nhân viên về việc nghỉ vì lý do y tế. Một số tiểu bang có luật đòi hỏi công ty 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, hãy truy cập [nmdp.org/StateStatutes](http://nmdp.org/StateStatutes)

**Hỏi: Bạn có được trả thù lao khi hiến tặng không?**

- Người hiến tặng huyết bào gốc của NMDP là người tình nguyện. Nếu được yêu cầu hiến tặng, tôi sẽ không được trả thù lao để cứu người không quen biết.

**Hướng dẫn trò chuyện:** 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 ngày quý vị đi hiến tặng. 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 điều này trở thành rào cản đáng kể đối với việc hiến tặng của quý vị, vui lòng liên lạc với chuyên viên người hiến tặng để thảo luận về các nguồn lực có thể có dành cho quý vị.

## Sự hồi phục và giới hạn về sức khỏe

**Hỏi: Bao lâu thì bạn có thể trở lại làm việc sau khi hiến tặng?**

- Thời gian hồi phục đối với các thủ thuật 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 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 có thể sẽ cần nhiều thời gian hồi phục hơn.

**Hỏi: Bạn 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.
- Nếu hiến tủy, tôi được khuyến cáo phải:
  - Tránh nâng vật nặng, gập người hay tập thể dục, cũng như khiêng vác hơn 10 lbs. trong tuần đầu tiên.
  - Dành đủ thời gian nghỉ giữa những lần hoạt động nặng nhọc suốt cả ngày trong tuần đầu tiên.

## Giới thiệu về NMDP

### Hỏi: Làm thế nào bạn có thể chắc chắn NMDP là tổ chức hợp pháp?

- Được thành lập năm 1987, NMDP là nơi tiên phong trong liệu pháp tế bào, giúp tìm cách chữa khỏi bệnh và cứu sinh mạng cho các bệnh nhân mắc các bệnh ung thư và rối loạn về máu.
- Quốc hội Hoa Kỳ đã giao cho NMDP điều hành Chương trình cấy ghép tế bào C.W. Bill Young, chương trình liên bang hỗ trợ danh sách đăng ký máu và tủy quốc gia của Hoa Kỳ.
- NMDP đóng vai trò là đầu mối của hệ thống cấy ghép toàn cầu. Tiêu chuẩn của tổ chức được lập ra để bảo đảm chất lượng chăm sóc cao cấp cho cả bệnh nhân và người hiến tặng, đồng thời cũng đáp ứng tất cả các yêu cầu của chính phủ.

**Hướng dẫn trò chuyện:** Chia sẻ [video này](#) với công ty của quý vị để cho họ thấy cách quý vị đang biến giấc mơ thành hiện thực.

### Hỏi: Tôi có thể nói chuyện với người nào tại NMDP về việc hiến tặng của bạn hay lấy giấy tờ chính thức không?

- Có, tôi có thể ủy quyền cho chuyên viên người hiến tặng của mình nói chuyện với bạn. Tuy nhiên, xin bạn hiểu rằng họ sẽ không thể cung cấp chi tiết cụ thể về trường hợp của tôi do tính bảo mật. Để biết thông tin toàn diện về quy trình hiến tặng và cam kết về thời gian yêu cầu, hãy truy cập [nmdp.org](#).

### Hỏi: NMDP thật tuyệt vời! Tổ chức và các nhân viên của chúng ta có thể tham gia như thế nào?

- Có nhiều cách để tổ chức và nhân viên của chúng ta có thể tham gia:
  - **Tạo một chương trình gây quỹ công ty:** [Tìm hiểu cách tạo](#) một chương trình gây quỹ tùy chỉnh để giúp nhân viên tối đa hóa tác động cứu sinh mạng của họ.
  - **Trao quà tặng tài chính:** Tìm hiểu cách tổ chức của chúng ta có thể  [ủng hộ NMDP](#) thông qua đóng góp bằng tiền và các chương trình quà tặng tại nơi làm việc.
  - **ĐỐI tác với NMDP:** Tạo một mối quan hệ đối tác tùy chỉnh phản ánh mục tiêu hoạt động và từ thiện của quý vị.
  - **Chia sẻ câu chuyện của tôi:** Hãy giúp lan tỏa câu chuyện hiến tặng của bạn như một cách khuyến khích người khác tham gia vào NMDP Registry, 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

- Truy cập [nmdp.org/DonorToolkit](#) và nhấp vào “Trò chuyện với công ty của quý vị” để biết thêm tài nguyên. Liên lạc với chuyên viên người hiến tặng nếu có một tài nguyên cụ thể mà quý vị không thể tìm thấy.
- Nếu công ty muốn lập chính sách nghỉ có lương cho người hiến tặng tại tổ chức của quý vị, liên lạc với chuyên viên người hiến tặng để biết thêm thông tin.