

Trò Chuyện với Bạn Bè và Các Nhóm Hỗ Trợ Khác

Bạn hữu, đồng sự, thân quyến và các nhóm hỗ trợ khác sẽ rất tò mò về kinh nghiệm hiến tặng của quý vị. Quý vị có thể thổ lộ chỉ với một vài hoặc mọi người quen biết. Hãy chuẩn bị sẵn sàng bàn thảo những điều lầm tưởng về tiến trình hiến tặng và giải thích rõ quá trình thật sự diễn ra. Bạn bè sẽ rất tò mò, và một vài người còn háng hái giúp đỡ và tham gia – nên nhờ họ cho nhiều người khác biết về Be The Match®. Dưới đây là một vài thắc mắc phổ biến nhất mà bạn bè và người hỗ trợ khác thường nêu ra cho những người hiến tặng như quý vị. Nên sử dụng thông tin bên dưới để tự chuẩn bị cho cuộc đàm luận.

Những điều cần bản về hiến tặng

H: Bạn đã gia nhập gì vậy?!

- Tôi đã gia nhập vào Danh Sách Vị Cứu Tinh (Be The Match Registry®), là danh sách lớn nhất thế giới liệt kê những người tình nguyện hiến huyết bào gốc. Tôi là một trong hơn 20 triệu người hiến tặng khả dĩ tại Mỹ và quốc tế trong danh sách này.
- Be The Match đối chiếu những người tình nguyện hiến tặng như tôi với hàng ngàn bệnh nhân bị ung thư máu, như bệnh bạch cầu và hạch bạch huyết, bệnh hồng cầu liềm hoặc căn bệnh khác đe dọa đến tánh mạng.
- Đối với nhiều người bị ung thư máu, như bệnh bạch cầu và hạch bạch huyết, và căn bệnh khác đe dọa đến tánh mạng, cấy ghép huyết bào gốc có thể là lựa chọn chữa trị tốt nhất cứu được tánh mạng họ.

Hướng dẫn đàm luận: Trước hết hãy trình bày cho bạn bè biết quý vị gia nhập danh sách tại đâu và vì sao. Quý vị có người bạn nào cần được cấy ghép không? Có phải quý vị từng nghe nói về nhu cầu cấp thiết cần người hiến tặng từ nhiều cộng đồng sắc tộc và dân tộc khác nhau? Điều này có thể giúp họ hiểu được động lực thúc đẩy quý vị.

H: Cấy ghép huyết bào gốc như thế nào?

- Đầu tiên, bệnh nhân được trị liệu hóa chất và đôi khi được trị liệu bức xạ để diệt phần tủy xương bị bệnh. Sau đó các tế bào tạo máu khỏe mạnh của người hiến tặng được truyền vào bệnh nhân, chúng sẽ bắt đầu hoạt động và sinh sôi tại đây, rồi thay thế toàn bộ máu và hệ miễn dịch của bệnh nhân.
- Muốn cơ thể của bệnh nhân chấp nhận những tế bào khỏe mạnh này thì cần có người hiến tặng phù hợp nhất về di truyền dựa theo loại kháng nguyên bạch cầu con người (human leukocyte antigen, hay HLA).

H: Vì sao bạn muốn hiến tặng?

- Tôi quyết định gia nhập danh sách và nguyện hiến tặng cho bất cứ bệnh nhân nào cần. Tôi có thể góp phần mang lại cơ hội phục sinh cho bệnh nhân.
- Bẩy mươi phần trăm số bệnh nhân đều không có ai phù hợp trong gia đình mình, và đành phải nương nhờ vào Be The Match để tìm người hiến tặng. Hãy thử tưởng tượng mình có người trong gia đình cần được cấy ghép và không thể tìm thấy người phù hợp.
- Họ đã tìm ra tôi có thể là người phù hợp với bệnh nhân. Nếu họ xét thấy tôi là người phù hợp nhất với bệnh nhân thì sẽ mời tôi hiến tặng. Danh tánh được giữ kín để bảo vệ cả người hiến tặng lẫn bệnh nhân, vì vậy tôi chỉ có thông tin giới hạn về bệnh nhân.
- Việc đối chiếu tìm bệnh nhân phù hợp là điều phức tạp hơn nhiều so với khi chỉ đối chiếu tìm loại máu tương hợp. Có thể tôi chính là người duy nhất trong danh sách có thể giúp đỡ bệnh nhân này. Bác sĩ đối chiếu người hiến tặng và bệnh nhân dựa trên 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) - hoặc đặc điểm đánh dấu - có trong đa số tế bào của cơ thể. Đặc điểm đánh dấu được truyền từ đời này sang đời khác, vì vậy bệnh nhân sẽ dễ có gen tương hợp với người trong dòng họ của chính mình.

Hướng dẫn đàm luận: Hãy trình bày cụ thể cho bạn bè và những người hỗ trợ khác biết tại sao quý vị muốn giúp bệnh nhân này, và điều đó có ý nghĩa ra sao đối với quý vị. Lời đáp tốt nhất cho câu hỏi này là động lực riêng đã thúc đẩy quý vị hiến tặng.

H: Bạn sẽ hiến tặng huyết bào gốc như thế nào?

- Có hai phương pháp hiến tặng: 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 thể thức không phẫu thuật được thực hiện tại trung tâm huyết học hoặc cơ sở bệnh viện ngoại chấn nào nhiều kinh nghiệm và có tham gia thầu tập PBSC cho Be The Match.
 - Trong năm ngày chuẩn bị để hiến tặng, tôi sẽ được chích một loại thuốc gọi là filgrastim để tăng số tế bào tạo máu trong dòng máu của mình.
 - Máu của tôi sẽ được rút qua kim đâm ở một cánh tay rồi đi qua máy phân tách tế bào tạo máu. Phần máu còn lại được trả về cơ thể tôi qua cánh tay kia. Quá trình này gọi là phân tách máu.
 - Phương pháp hiến tặng này tương tự như phương pháp thường dùng khi hiến tặng huyết tương. Tuy nhiên, hiến PBSC thường mất nhiều thì giờ hơn hiến tặng huyết tương. Nếu hiến tặng chỉ trong một ngày thì có thể cần đến tối đa tám tiếng đồng hồ. Nếu hiến tặng kéo dài trong hai ngày thì sẽ tốn 4-6 tiếng đồng hồ mỗi ngày.
- Hiến tủy là thể thức phẫu thuật ngoại chấn được thực hiện trong phòng mổ của bệnh viện.
 - Tôi sẽ được gây mê và không cảm thấy đau trong khi hiến tặng.
 - Bác sĩ dùng kim để rút dịch tủy từ cả hai bên phía sau xương chậu của tôi.
 - Tủy sẽ tự thay thế hoàn toàn trong vòng 4-6 tuần lễ.
- Sau khi hiến tặng, các tế bào tủy từ tôi sẽ được người gửi hàng được huấn luyện chuyển các tế bào này ngay đến địa điểm cấy ghép của bệnh nhân.

Thời gian và chi phí

H: Bạn sẽ được lãnh tiền khi hiến tặng?

- Không. Be The Match là danh sách lớn nhất thế giới về những người tình nguyện hiến tặng. Mọi người gia nhập danh sách và hiến tặng vì muốn giúp đỡ người khác chứ không màng đến thù lao. Hiến tặng là một nghĩa cử vị tha.

H: Bạn sẽ mất bao nhiêu thời giờ cho điều này?

- Thời gian cam kết cho tiến trình hiến tặng thông thường từ 20-30 tiếng đồng hồ, suốt thời kỳ 4-6 tuần lễ. Khoảng thời gian này bao gồm các cú gọi, điền vào một bản bệnh sử, một lần khám sức khỏe và hiến tặng.

H: Bạn có cần phải đi xa không?

- Có thể tôi sẽ phải đi xa để hiến tặng hoặc để hoàn tất bất cứ giai đoạn nào của tiến trình này.
- 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 thầu tập tủy hoặc PBSC, vì vậy nếu không có cơ sở ở gần thì cần phải đi xa.
- Tôi không cần phải đi đến địa điểm của bệnh nhân để hiến tặng. Các tế bào của tôi được chuyển đến địa điểm của bệnh nhân ngay sau khi hiến tặng.

H: Bạn có phải trả tiền để hiến tặng?

- Không. Be The Match sẽ trang trải tất cả hoạt động liên quan đến hiến tặng, bao gồm các chi phí y tế và đi lại. Be The Match có thể bồi hoàn tiền lương bị mất.

Những mối quan tâm về sức khỏe

H: Hiến tặng có bị đau đớn không? Nghe có vẻ đáng sợ quá.

- Có hai phương pháp hiến tặng: Hiến PBSC là thủ thuật ngoại chấn được thực hiện tại trung tâm huyết học hoặc bệnh viện, còn hiến tủy được thực hiện trong phòng mổ của bệnh viện và có gây mê. Cả hai cách hiến tặng đều được bố trí sao cho tôi vẫn thấy thoải mái và an toàn.
- Tôi nghe nói khi hiến PBSC thì có thể bị những phản ứng phụ gây khó chịu nhưng không kéo dài. Do phải dùng một loại thuốc gọi là filgrastim trong năm ngày trước khi thực hiện thủ thuật nên người hiến PBSC có thể bị nhức đầu, đau nhức khớp xương hay bắp thịt, hoặc thấy mệt mỏi. Nói chung người hiến PBSC sẽ trở lại công việc thường lệ của họ trong vòng 1-2 ngày.
- Tôi nghe nói những người hiến tủy được gây mê toàn phần hoặc từng phần, vì vậy họ không thấy đau đớn khi hiến tặng. Dự kiến người hiến tủy sẽ bị chút ít đau nhức ở vùng lưng dưới trong vòng 1-2 tuần lễ sau đó. Đa số những người hiến tủy đều trở lại với hoạt động bình thường của họ trong vòng vài ngày.

Hướng dẫn đàm luận: Khuyến khích những người khác ghé vào thư viện kể về người hiến tặng (BeTheMatch.org/DonorVideos) để xem những người hiến tặng cho biết những kinh nghiệm của họ. Những video này sẽ giúp loại bỏ những điều hoang đường bạn bè nói về thể thức hiến tặng.

H: Bạn sẽ mất bao lâu để hồi phục?

- Dự kiến tôi sẽ trở lại làm việc, đi học và thực hiện hầu hết các hoạt động khác trong vòng 1-7 ngày sau khi hiến tặng.
- Đa số những người hiến PBSC đều báo cáo là họ hoàn toàn hồi phục trong vòng một tuần lễ sau khi hiến tặng.
- Đa số những người hiến tủy đều báo cáo là họ cảm thấy hoàn toàn hồi phục trong khoảng ba tuần sau khi hiến tặng.

Hỗ trợ

H: Tôi có thể làm gì để giúp bạn trong tiến trình hiến tặng?

- Hiến tặng đòi hỏi phải cam kết về thời gian và đến hẹn vài lần. Tôi có thể cần bạn giúp theo rất nhiều cách khác nhau, chẳng hạn như chở đến nơi lấy hên hoặc chăm sóc các con, thú cưng hay nhà cửa. Có thể tôi cũng muốn tâm sự với người khác, vì đây có thể là một trải nghiệm đầy cảm xúc.

H: Làm cách nào để tham gia vào Be The Match?

- Bạn có thể cho nhiều người khác biết về việc hiến tặng. Có cách thức cứu chữa cho người bị những dạng ung thư máu đe dọa đến tánh mạng, như bệnh bạch cầu và u bạch huyết, hoặc nhiều căn bệnh khác. Hãy giúp sao cho mỗi bệnh nhân đều được loại cấy ghép họ cần bằng cách đóng góp tài chính hoặc gia nhập danh sách.
- Bạn cũng có thể góp phần vào công cuộc đăng tuyển để khuyến khích người khác gia nhập danh sách. Hãy điền đầy đủ vào biểu mẫu trực tuyến, và nhân viên từ Be The Match sẽ liên lạc với bạn.

H: Tôi không nghĩ là tín ngưỡng văn hóa/tôn giáo của tôi ủng hộ việc hiến tặng.

- Tôi hiểu rằng tôn giáo và tín ngưỡng văn hóa giữ vai trò quan trọng trong đời sống của chúng ta. Tuy nhiên, đa số các tổ chức tôn giáo và văn hóa đều ủng hộ công cuộc hiến tặng.
- Bạn nên tìm hiểu về quá trình hiến tặng và đàm luận với giới lãnh đạo tôn giáo để xem việc gia nhập danh sách có phù hợp hay không.