

## 移植準備

如果你和醫生決定要進行血液或骨髓移植，你可能有很多疑問。你移植中心的社工人員是一個你可以開始詢問問題的好地方。你的社工人員會聆聽你的顧慮並回答你對於該做事項的疑問，幫助你做好準備。你的社工人員也可以告訴你移植病人和家屬可以獲得的支援服務。

### 你規劃移植時該做的事項

- ✓ 列出重要的電話號碼。和全家人分享這份清單。其中包括你的保健團隊和看護者的姓名和電話號碼。
- ✓ 寫下重要的財務資訊。告訴看護者你將這份資訊放在何處。
- ✓ 詢問銀行你需要做些什麼以便讓看護者為你辦理某些交易往來。
- ✓ 規劃你在醫院以及康復期間如何支付帳單。
- ✓ 請人在你不在家時幫忙做家事和承擔其他職責。
- ✓ 你親近的人會想要知道他們如何能幫上忙。考慮讓他們為你和你的家人分擔一些事務。

- ✓ 如果你有孩子，設立時間表並做好你不在家時如何照顧他們的規劃。告訴你的孩子和其他有關人士你所做的規劃。
- ✓ 如果你是唯一能准許孩子醫療護理的人，請提供醫療授權書，讓你的看護者或另一個你信任的人獲得許可。請孩子的醫生給你一份醫療授權書。

### 我要如何做好情緒的準備？

經歷重大疾病和治療可能會讓你備感壓力。和人談論你的心路歷程可能有幫助。你可能希望：

- 告訴親朋好友你的感覺以及他們可以如何支持你。
- 讓孩子知道在你的治療期間和之後預期發生的事。
- 和其他正在接受移植或是接受過移植的病人交談。

「有緣千里來相配」同儕聯絡 (Peer Connect) 計劃讓你或你的看護者與經歷過移植的人聯繫。我們受過訓練的同儕義工可以在電話與你交談或透過電子郵件聯繫。瀏覽 [BeTheMatch.org/patient-peerconnect](http://BeTheMatch.org/patient-peerconnect) 請求聯繫。你也可以在「有緣千里來相配」病人聯繫 Facebook 網頁上和其他移植病人和看護者交流。

## 我要如何幫助我的孩子做好情緒的準備？

孩子表達情緒的方式各有不同。如果你擔憂你孩子的情緒健康，你可以做些事情來幫助小孩。你的策略會根據孩子的年齡而異。

- 鼓勵孩子說出自己的感覺。
- 告訴小孩你在類似情況中的感受，你的處理方式（無論好壞）以及結果。
- 分享感覺並且一起解決問題。你可以嘗試以創意的方式表達情感，例如畫畫或寫故事。
- 陪伴你的孩子，提供慰藉。抱著孩子、給予擁抱，或做手部按摩或搓揉背部。
- 表達親情和鼓勵。說出「我愛你」、「我為你感到驕傲」以及「我支持你」。

你的孩子多認識移植可能會有幫助。「超級山姆對抗骨髓怪物」 (*Super Sam versus the Marrow Monsters*) 是「有緣千里來相配」為兒童和其家庭製作關於移植的動畫片。請瀏覽 [BeTheMatch.org/SuperSam](http://BeTheMatch.org/SuperSam) 觀看超級山姆 (Super Sam) 影片以及其他資訊，幫助你在移植方面為你的小孩做好準備，並在整個過程中支持你的家庭。

## 我要如何做好財務準備？

即使你有保險，你的保險可能不會支付某些費用。其中一些費用為保險扣除額、共付額和住房。某些健康保險計畫不會承保移植費用。一些計畫會承保移植，但是可能不會承保你在移植前後需要的所有服務。

其中一些費用也許可以獲得財務協助。藉由及早規劃，你可以事先知道保險會支付哪些費用，而你要支付哪些費用。

你可能希望：

- 和你移植中心的財務協調員談話。此人可以和你交談，並且幫助你瞭解你的福利。財務協調員也可以詢問你的保險公司，以瞭解更多你的承保範圍。
- 和你移植中心的社工人員談話。此人可以幫助你尋找財務協助，並且透過「有緣千里來相配」或是其他財務援助計畫申請補助。

如果有些費用不受保險承保，財務協調員可以幫助你與你的移植中心安排付款事宜，或是向保險公司的決定提出上訴。你有權要求你的健康保險計畫為某項治療或服務付費，即使他們已經拒絕承保。如果你沒有保險，你也許有資格獲得州立或縣立計畫或是其他形式的財務援助。你的移植中心財務協調員和社工人員可以幫你瞭解更多你的選項。

## 我還應該考慮什麼？

### 移植和生殖力

如果你將來想要有孩子，請在開始你的治療之前告訴你的醫生、護士或社工人員。化學療法和放射療法會降低你的生殖力（生孩子的能力）。可是也許有方法保持或保存你的生殖力。

詢問醫生保存生育力的選項。有些移植病人會考慮冷凍精子、卵子或胚胎。如果你不想或無法冷凍精子、卵子或胚胎，可能還有其他選項。有些夫妻透過使用捐贈的精子或卵子來生育小孩，其他人則選擇收養。

### 準備生前預囑

確保你的保健團隊和家人瞭解你的治療意願，這可以幫助你更好的掌控自己的醫療保健。

你可能希望準備一份事前醫療指示，通常稱為生前預囑。在生前預囑中，你可以指明在你無法為自己發言時，你想要或不想要什麼樣的護理。你也可以選擇某人為你做出醫療決定。

重要的是，你的家人和醫療團隊知道你在生前預囑中的意願。知道你的治療目標和意願，表示你的家人和醫療團隊就不需要猜測你想要或不想要什麼樣的護理。

生前預囑在你的整個治療過程中都會有幫助。例如，如果你在一個暫時併發症期間重病，你可能會有一段短暫的期間無法告訴醫生你的意願。你的保健團隊可在這些短暫的期間向你指定的人士詢問你的意願。

「有緣千里來相配」可以幫助你為移植做準備，瞭解更多財務資源並提供情緒支援。請與我們聯絡，電話 **1 (888) 999-6743** 或 [patientinfo@nmdp.org](mailto:patientinfo@nmdp.org)。

最新醫療審核於 2015 年 3 月完成



## 我們在每一步提供幫助

你在移植過程期間並不孤單。有緣千里來相配 (Be The Match®) 準備幫助你。

我們提供很多免費計劃和資源，在移植前、移植期間以及移植後支持你、你的看護者和家人。請用最適合你的方式和我們聯絡。

瞭解：[BeTheMatch.org/patient](http://BeTheMatch.org/patient)

電子郵件：[patientinfo@nmdp.org](mailto:patientinfo@nmdp.org)

預訂：[BeTheMatch.org/request](http://BeTheMatch.org/request)

致電：**1 (888) 999-6743**

我們的計劃和資源提供 11 種語言的支援，包括西班牙語的雙語工作人員，我們也提供有 100 多種語言的翻譯資料。

瀏覽：[BeTheMatch.org/translations](http://BeTheMatch.org/translations)



每個人的醫療情況、移植經歷和康復情況都是獨一無二的。你應該隨時向你的移植團隊或家庭醫生諮詢你的情況。本資訊無意也不應該取代醫生的醫療判斷或建議。