

PREPARAÇÃO PARA O TRANSPLANTE

Se você e o seu médico decidirem seguir em frente com um transplante de medula óssea ou de sangue, é possível que você tenha muitas perguntas. O assistente social do seu centro de transplante é um bom começo. Seu assistente social pode ajudar você ouvindo suas preocupações e respondendo às perguntas que possa ter sobre o que precisará fazer. Seu assistente social também pode dar informações sobre os serviços de apoio disponíveis para os pacientes transplantados e suas famílias.

COISAS A FAZER SE VOCÊ ESTIVER PLANEJANDO UM TRANSPLANTE

- ✓ Faça uma lista com os números de telefone importantes. Compartilhe essa lista com toda a família. Inclua os nomes e números de seus cuidadores e da equipe de cuidados de saúde.
- ✓ Anote informações importantes sobre questões financeiras. Diga ao seu cuidador onde você guardará essas informações.
- ✓ Pergunte ao seu banco o que você precisa fazer para que seu cuidador realize algumas transações por você.
- ✓ Planeje como suas contas serão pagas enquanto você estiver no hospital e durante sua recuperação.
- ✓ Peça ajuda para as tarefas domésticas e outras tarefas durante sua ausência.
- ✓ As pessoas próximas a você irão querer saber como podem ajudar. Considere dar-lhes atribuições para ajudar você e a sua família.

- ✓ Se você tem filhos, planeje e programe como eles serão cuidados durante o tempo que você estiver fora. Conte a seus filhos e outras pessoas envolvidas sobre os planos que você fez.
- ✓ Se você é o único que pode autorizar cuidados médicos para os seus filhos, forneça uma autorização médica que dê permissão ao seu cuidador ou a outra pessoa de sua confiança. Peça ao médico de seus filhos um formulário de autorização médica.

COMO POSSO ME PREPARAR EMOCIONALMENTE?

Passar por uma doença e tratamento grandes pode ser estressante. Conversar com alguém sobre o que está acontecendo com você pode ajudar. É possível que você queira:

- Dizer aos seus familiares e amigos como se sente e como eles podem ajudar você.
- Deixar que seus filhos saibam o que esperar durante e após o tratamento.
- Conversar com outros pacientes que estão passando ou que já passaram por um transplante.



- O programa *Be The Match Peer Connect* (Conecte colegas) pode conectar você ou seu cuidador com alguém que já passou pela jornada do transplante. Nossos colegas voluntários treinados estão disponíveis para conversar por telefone ou e-mail. Solicite uma conexão visitando **BeTheMatch.org/patient-peerconnect**.
- Você também pode se conectar com outros pacientes transplantados e cuidadores pelo perfil do Facebook *Be The Match Patients Connect*.

COMO POSSO AJUDAR MEU FILHO A SE PREPARAR EMOCIONALMENTE?

As crianças expressam suas emoções de formas diferentes. Se estiver preocupado sobre a saúde emocional de seu filho, há algumas coisas que pode fazer para ajudar. Suas estratégias provavelmente serão diferentes dependendo da idade de seu filho.

- Anime seu filho a falar sobre como ele se sente.
- Conte histórias sobre como você se sentiu em situações parecidas, como você lidou com a situação (bem ou mal) e como acabou.
- Compartilhe os sentimentos e resolva os problemas juntos. Pode ser interessante tentar maneiras criativas de expressar seus sentimentos, como fazer desenhos ou escrever uma história.
- Conforte seu filho passando tempo com ele. Segure seu filho, abrace ou faça uma massagem nas mãos ou nas costas.
- Mostre afeição e estímulo. Diga “Eu amo você”, “Tenho orgulho de você” e “Estou com você”.

Isso pode ajudar seu filho a saber mais sobre o transplante. *Super Sam contra os Monstros da Medula Óssea* é um vídeo animado sobre transplante desenvolvido pelo Seja compatível para crianças e suas famílias. Visite BeTheMatch.org/SuperSam para ver o vídeo de Super Sam e outras informações que podem

ajudar você a preparar seu filho para o transplante e dar apoio a sua família ao longo do processo.

COMO POSSO ME PREPARAR FINANCEIRAMENTE?

Mesmo se você tiver um seguro, alguns gastos podem não ser cobertos. Alguns desses gastos são deduções, copagamentos e alojamento. Alguns planos de saúde não cobrem transplantes. Alguns vão cobrir o transplante, mas podem não cobrir todos os serviços que você precisa antes ou depois do transplante.

Pode haver ajuda financeira para alguns desses gastos. Ao planejar com antecedência, você pode saber antecipadamente o que o plano de saúde pagará e o que você terá de pagar por sua conta.

É possível que você queira:

- Falar com o coordenador financeiro em seu centro de transplante. Essa pessoa pode falar com você e ajudar a entender seus benefícios. O coordenador financeiro também pode falar com sua operadora do plano de saúde para saber mais sobre sua cobertura.
- Falar com o assistente social no seu centro de transplante. Essa pessoa pode ajudar você a encontrar ajuda financeira e solicitar auxílios por meio do Seja compatível ou outros programas de ajuda financeira.

Se houver gastos que o seguro não cubra, o coordenador financeiro pode ajudar a resolver pagamentos com seu centro de transplante ou apelar da decisão da operadora do plano. Você tem o direito de pedir ao seu plano de saúde para pagar um determinado tratamento ou mesmo um serviço se eles já negaram sua cobertura. Se você não tem plano de saúde, pode se qualificar para programas do município ou estado, ou outras formas de ajuda financeira. Seu coordenador financeiro do centro de transplante e o assistente social podem ajudar você a se informar mais sobre suas opções.

SOBRE O QUE MAIS DEVO PENSAR?

Transplante e fertilidade

Se quiser ter filhos no futuro, fale com seu médico, enfermeiro ou assistente social antes de começar seu tratamento. Quimioterapia e radiação podem reduzir sua fertilidade (capacidade de ter filhos). Mas pode haver formas de manter ou preservar sua fertilidade.

Fale com seu médico sobre as opções para preservar sua fertilidade. Alguns pacientes transplantados consideram congelar esperma, óvulos ou embriões. Se você não quer ou não é capaz de congelar o esperma, óvulos ou embriões, pode haver outras opções para você. Alguns casais podem ter um bebê usando esperma ou óvulos doados, e outros podem decidir adotar.

Preparação de um testamento em vida

Certificar-se de que sua equipe de cuidados de saúde e sua família entendam seus desejos de tratamento pode ajudar você a ter mais controle sobre seus cuidados de saúde.

Você pode querer preparar uma declaração de sua vontade sobre seus cuidados médicos com antecedência, normalmente chamada de

testamento em vida. Em um testamento em vida, pode indicar qual tipo de cuidado gostaria ou não gostaria de receber se você se tornar incapaz de falar por si próprio. Você também pode escolher alguém que pode tomar as decisões médicas por você.

É importante para sua família e para a equipe médica saber as vontades que você colocou em seu testamento em vida. Conhecer os objetivos do seu tratamento e suas vontades significa que sua família e equipe médica não precisarão imaginar que tipo de cuidados você gostaria ou não de receber.

Testamentos em vida podem ser úteis ao longo de todo o tratamento. Por exemplo, se você estiver realmente doente durante uma complicação temporária, pode haver um curto período de tempo durante o qual não conseguirá dizer aos seus médicos o que deseja. Sua equipe de cuidados de saúde pode recorrer à pessoa que você indicou durante esses curtos períodos de tempo.

O Seja compatível pode ajudar você a se preparar para o transplante, saber mais sobre os recursos financeiros e oferecer apoio emocional.

Entre em contato pelo

+1 (888) 999-6743 ou **patientinfo@nmdp.org**.

Revisão médica mais recente concluída em março de 2015



A CADA MOMENTO, ESTAMOS **AQUI PARA AJUDAR**

Ao longo do caminho do transplante, você não está sozinho. O Seja compatível (Be The Match®) está pronto para ajudar. Oferecemos muitos programas e recursos gratuitos para apoiá-lo, assim como a seus cuidadores e seus familiares antes, durante e depois do transplante. Entre em contato conosco da maneira que seja melhor para você.

SAIBA MAIS: **BeTheMatch.org/patient**

E-MAIL: **patientinfo@nmdp.org**

SOLICITE: **BeTheMatch.org/request**

LIGUE PARA: **+1 (888) 999-6743**

Nossos programas e recursos oferecem apoio em 11 idiomas, incluindo equipe bilíngue em espanhol, e há traduções disponíveis em mais de 100 idiomas.

VISITE: **BeTheMatch.org/translations**



A situação clínica, a experiência de transplante e a recuperação de cada indivíduo são únicas. Consulte sempre a sua equipe de transplante ou clínico geral com relação à sua situação. Estas informações não pretendem nem devem substituir as avaliações ou recomendações médicas.