Dyddiad cyhoeddi Ionawr 2009

Deall canllawiau NICE

Gwybodaeth i bobl sy'n defnyddio gwasanaethau'r GIG

NHS National Institute for Health and Clinical Excellence

Trin llithriad y groth gyda sacropecsi is-asgwrn y cwtyn

Mae 'canllawiau ymyriad' NICE yn rhoi cyngor i'r GIG ar pryd a sut y gellir defnyddio triniaethau llawfeddygol newydd mewn arfer clinigol.

Mae'r daflen hon yn ymwneud â phryd a sut y gellir defnyddio sacropecsi is-asgwrn y cwtyn yn y GIG i drin merched sydd â llithriad y groth. Mae'n egluro'r canllawiau (cyngor) gan NICE (y Sefydliad Cenedlaethol dros Iechyd a Rhagoriaeth Glinigol).

Mae canllawiau ymyriad yn gwneud argymhellion ar ddiogelwch triniaeth a pha mor dda y mae'n gweithio. Mae ymyriad yn brawf, triniaeth neu lawdriniaeth sy'n cynnwys torri neu wneud twll yn y croen, neu endosgop i edrych y tu mewn i'r corff, neu ffynonellau ynni fel pelydrau-X, gwres neu uwchsain. Nid yw'r canllawiau yn cynnwys p'un a ddylai'r GIG ariannu'r driniaeth ai peidio. Gwneir penderfyniadau ynglŷn ag arian gan gyrff lleol y GIG (ymddiriedolaethau gofal sylfaenol ac ymddiriedolaethau ysbyty) ar ôl ystyried pa mor dda y mae'r driniaeth yn gweithio a ph'un a yw'n werth am arian i'r GIG.

Ysgrifennwyd y daflen hon i helpu merched y cynigiwyd y driniaeth hon iddynt fel y gallant benderfynu p'un a ddylent gytuno (cydsynio) iddi ai peidio. Nid yw'n disgrifio llithriad y groth na'r driniaeth yn fanwl - dylai aelod o'ch tîm gofal iechyd hefyd roi gwybodaeth lawn a chyngor i chi am hynny. Mae'r daflen yn cynnwys rhai cwestiynau y gallech fod am eu gofyn i'ch meddyg i'ch helpu i ddod i benderfyniad. Ceir rhai ffynonellau gwybodaeth a chymorth pellach ar dudalen 7.

Beth mae NICE wedi'i ddweud?

Prin yw'r dystiolaeth dda sy'n dweud pa mor dda mae'r driniaeth hon yn gweithio a pha mor ddiogel ydyw. Os yw meddyg am ddefnyddio sacropecsi is-asgwrn y cwtyn i drin llithriad y groth, dylai sicrhau ei fod yn cymryd camau ychwanegol i egluro'r ansicrwydd ynglŷn â pha mor dda y mae'n gweithio, ynghyd ag ansicrwydd sy'n gysylltiedig â risgiau posibl y driniaeth. Ymhlith y rhain mae'r posibilrwydd o lithriad arall, a chymhlethdodau fel erydu rhwyll (pan fo rhan o'r rhwyll yn ymwthio i'r fagina). Dylid rhoi'r wybodaeth hon i'r ferch cyn iddi gytuno (neu beidio â chytuno) i'r driniaeth. Dylai'r ferch gael y daflen hon ac unrhyw wybodaeth ysgrifenedig arall fel rhan o'r drafodaeth. Dylid hefyd roi trefniadau arbennig ar waith ar gyfer monitro'r hyn sy'n digwydd i'r ferch ar ôl y driniaeth.

Mae NICE wedi dweud hefyd mai dim ond meddygon arbenigol sydd â phrofiad o drin llithriad organau'r pelfis ac anymataliaeth wrinol mewn merched ddylai gyflawni'r driniaeth hon.

Mae NICE yn gofyn i feddygon anfon gwybodaeth am bob merch a gaiff y llawdriniaeth a'r hyn sy'n digwydd iddi wedyn i storfa wybodaeth ganolog yn y Gymdeithas Wrogynaecolegol Brydeinig (www.bsug.net) er mwyn gallu cadarnhau diogelwch y driniaeth a/neu pa mor dda y mae'n gweithio dros gyfnod o amser.

Mae NICE hefyd wedi annog meddygon i ystyried gofyn i ferched gymryd rhan mewn astudiaethau ymchwil (a elwir yn dreialon clinigol) sy'n edrych ar sacropecsi is-asgwrn y cwtyn i drin llithriad y groth.

Efallai nad hon fydd yr unig driniaeth bosibl ar gyfer llithriad y groth. Dylai eich tîm gofal iechyd siarad â chi ynghylch p'un a yw'n addas i chi a pha opsiynau triniaeth eraill sydd ar gael.

Sacropecsi is-asgwrn y cwtyn

Yr enw meddygol am y driniaeth hon yw ‘sacropecsi is-asgwrn y cwtyn gan ddefnyddio rhwyll ar gyfer trwsio llithriad crothol’.

Ni chaiff y driniaeth ei disgrifio’n fanwl yma – siaradwch â’ch llawfeddyg i gael disgrifiad llawn. Mae llithriad crothol yn digwydd pan fydd y groth (wterws) yn llithro i lawr o'i safle arferol i mewn i'r fagina. Gall effeithio ar ansawdd bywyd drwy achosi pwysau neu anghysur yn y pelfis, a gall achosi problemau gyda chyfathrach rywiol, y ffordd y mae'r coluddyn yn gweithio a phasio wrin.

Os mai dim ond yn rhannol y mae'r fagina wedi llithro, gellir ei thrin gydag ymarferion gwaelod y pelfis a phesarïau a roddir yn y fagina, heb fod angen llawdriniaeth. Gall fod angen llawdriniaeth ar lithriadau mwy difrifol.

Gwneir sacropecsi is-asgwrn y cwtyn gyda'r ferch o dan anesthetig cyffredinol. Mae'r llawfeddyg yn gwneud tri thoriad bach, un yn wal gefn y fagina ac un ym mhob boch tin. Yna rhoddir tâp rhwyll llawfeddygol arbennig drwy un foch tin, ei lywio o amgylch y rectwm, o amgylch y fagina ac allan drwy'r foch tin arall. Mae'r rhwyll, a gaiff ei bwytho i frig y fagina, yn gweithredu fel cymorth i gadw'r wterws yn ei safle naturiol. Gellir defnyddio gwahanol fathau o rwyll.

Beth mae hyn yn ei olygu i mi?

Os yw eich meddyg wedi cynnig sacropecsi is-asgwrn y cwtyn i chi ar gyfer trin llithriad y groth, dylai ddweud wrthych fod NICE wedi penderfynu bod y manteision a'r risgiau'n ansicr. Nid yw hyn yn golygu na ddylid cyflawni'r driniaeth, ond dylai eich meddyg egluro beth mae'r driniaeth yn ei olygu yn llawn a thrafod y manteision a'r risgiau posibl gyda chi. Dim ond ar ôl i'r drafodaeth hon gael ei chynnal y dylid gofyn i chi a ydych am gytuno i gael y driniaeth hon. Dylech gael gwybodaeth ysgrifenedig, gan gynnwys y daflen hon, a'r cyfle i drafod y driniaeth gyda'ch meddyg cyn i chi wneud penderfyniad.

Mae NICE wedi penderfynu hefyd fod angen mwy o wybodaeth am y driniaeth hon. Efallai y bydd eich meddyg yn gofyn i chi a all manylion eich triniaeth gael eu defnyddio i helpu i gasglu rhagor o wybodaeth am y driniaeth hon. Bydd eich meddyg yn rhoi rhagor o wybodaeth i chi am hyn.

Efallai y byddwch am ofyn y cwestiynau isod

- Pa fath o driniaeth sydd orau i mi?
- Beth yn union yw'r driniaeth hon?
- Beth yw'r manteision posibl?
- Beth yw'r tebygolrwydd y bydd y manteision hynny yn berthnasol i mi? A allai cael y driniaeth wneud i mi deimlo'n waeth?
- A oes triniaethau amgen?
- Beth yw risgiau'r driniaeth?
- A yw'r risgiau'n fach neu'n ddifrifol? Pa mor debygol ydyw y byddant yn digwydd?
- Pa ofal y bydd ei angen arnaf ar ôl y llawdriniaeth?
- Beth sy'n digwydd os aiff rhywbeth o'i le?
- Beth allai ddigwydd os na chaf y driniaeth?

Gallech ddewis cael y driniaeth hon, cael triniaeth wahanol, neu beidio â chael triniaeth o gwbl.

Crynodeb o fanteision a risgiau posibl

Isod ceir disgrifiad bras o rai o'r manteision a'r risgiau a welwyd yn yr astudiaethau a ystyriwyd gan NICE. Edrychodd NICE ar ddwy astudiaeth o'r driniaeth hon.

Pa mor dda y mae'r driniaeth yn gweithio?

Dilynodd un astudiaeth 35 o ferched a gafodd sacropecsi is-asgwrn y cwtyn yn unig a 44 o ferched a gafodd sacropecsi is-asgwrn y cwtyn ynghyd â hysterectomi (llawfeddygaeth i dynnu'r groth). Ar ôl 2.5 flynedd, nid oedd llithriad pellach mewn 34 allan o 35 o ferched a gafodd y driniaeth yn unig ac ym mhob un o'r 44 o ferched a gafodd y driniaeth ynghyd â hysterectomi. Mewn astudiaeth o 10 merch a

edrychodd ar sacropecsi is-asgwrn y cwtyn yn unig, cafodd un ferch lithriad arall o fewn 16 mis o gael y driniaeth.

Yn ogystal ag edrych ar yr astudiaethau hyn, gofynnodd NICE am farn cynghorwyr arbenigol hefyd. Mae'r cynghorwyr hyn yn arbenigwyr clinigol yn y maes hwn o feddyginiaeth. Dywedodd cynghorwyr mai prif nodau'r driniaeth oedd cefnogi'r wterws yn ei safle naturiol a lliniaru'r symptomau a achoswyd gan y llithriad.

Risgiau a phroblemau posibl

Cafodd 4 allan o 35 o ferched a gafodd sacropecsi is-asgwrn y cwtyn yn unig broblem erydu rhwyll yr oedd angen triniaeth bellach ar ei gyfer, a 6 allan o 44 o ferched a gafodd driniaeth ynghyd â hysterectomi

Yn ogystal ag edrych ar yr astudiaeth hon, gofynnodd NICE am farn cynghorwyr arbenigol hefyd. Mae'r cynghorwyr hyn yn arbenigwyr clinigol yn y maes hwn o feddyginiaeth. Dywedodd y cynghorwyr y gallai problemau gynnwys erydu'r rhwyll, heintiau, niwed i'r bledren, y coluddyn neu'r rectwm a chyfathrach rywiol boenus. Dywedodd y cynghorwyr hefyd y gallai fod llai o gymhlethdodau gyda mathau newydd o rwyll.

Rhagor o wybodaeth am lithriad y groth

Gall NHS Choices (www.nhsdirect.wales.nhs.uk) fod yn fan da i gael gwybod mwy. Efallai y gall eich gwasanaeth cyngor a chysylltiadau cleifion (a elwir yn PALS fel arfer) lleol roi cyngor a chymorth pellach i chi.

NICE

Mae NICE yn llunio canllawiau (cyngor) i'r GIG ynglŷn ag atal, canfod a thrin gwahanol gyflyrau meddygol. Ysgrifennir y canllawiau gan arbenigwyr annibynnol gan gynnwys gweithwyr gofal iechyd proffesiynol a phobl sy'n cynrychioli cleifion a gofalwyr. Maent yn ystyried pa mor dda y mae ymyriad yn gweithio a pha mor ddiogel ydyw, ac yn gofyn barn cynghorwyr arbenigol. Mae canllawiau ymyriadau yn berthnasol i'r GIG cyfan yng Nghymru, Lloegr, yr Alban a Gogledd Iwerddon. Disgwylir i staff sy'n gweithio yn y GIG ddilyn y canllawiau hyn.

I gael rhagor o wybodaeth am NICE, ei waith a sut mae'n gwneud penderfyniadau, ewch i www.nice.org.uk/aboutguidance

Mae'r daflen hon yn ymwneud â 'sacropecsi is-asgwrn y cwtyn gan ddefnyddio rhwyll i drwsio llithriad crothol'. Mae'r daflen hon a'r canllawiau llawn a anelir at weithwyr gofal iechyd proffesiynol ar gael ar www.nice.org.uk/IPG280

Gallwch archebu copïau wedi'u hargraffu o'r daflen hon o gyhoeddiadau NICE (ffoniwch 0845 003 7783 neu anfonwch neges e-bost i publications@nice.org.uk a dyfynnwch y cyfeirnod N1813).

Rydym yn annog sefydliadau'r sector gwirfoddol a sefydliadau'r GIG a chlinigwyr i ddefnyddio testun o'r llyfryn hwn yn eu gwybodaeth eu hunain am y driniaeth hon.

National Institute for Health and Clinical Excellence
MidCity Place, 71 High Holborn, London, WC1V 6NA; www.nice.org.uk

ISBN 1-84629-919-5
N1813 1P Ion 09

© National Institute for Health and Clinical Excellence, 2009. All rights reserved. This material may be freely reproduced for educational and not-for-profit purposes. No reproduction by or for commercial organisations, or for commercial purposes, is allowed without the express written permission of NICE.