Dyddiad cyhoeddi: Mehefin 2012

Deall canllawiau NICE

Gwybodaeth i bobl sy'n defnyddio gwasanaethau'r GIG

National Institute for Health and Clinical Excellence

Gwaedu gastroberfeddol uchaf acíwt

Mae 'canllawiau clinigol' NICE yn rhoi cyngor i'r GIG ar ofalu am bobl â chyflyrau neu glefydau penodol a'r triniaethau y dylent eu cael.

Mae'r llyfryn hwn yn ymwneud â gofal a thriniaeth i bobl sydd â gwaedu gastroberfeddol uchaf acíwt yn y GIG yng Nghymru a Lloegr. Mae'n egluro'r canllawiau (cyngor) gan NICE (y Sefydliad Cenedlaethol dros Iechyd a Rhagoriaeth Glinigol). Cafodd ei ysgrifennu ar gyfer pobl â gwaedu gastroberfeddol uchaf acíwt ond gall hefyd fod yn ddefnyddiol i'w teuluoedd neu ofalwyr neu unrhyw un sydd â diddordeb yn y cyflwr.

Nod y llyfryn yw eich helpu i ddeall yr opsiynau gofal a thriniaeth a ddylai fod ar gael yn y GIG. Nid yw'n disgrifio gwaedu gastroberfeddol uchaf acíwt na'r profion na'r triniaethau ar ei gyfer yn fanwl. Dylai aelod o'ch tîm gofal iechyd drafod y rhain gyda chi. Mae enghreifftiau o gwestiynau y gallech eu gofyn yn y llyfryn hwn i'ch helpu gyda hyn. Gallwch gael rhagor o wybodaeth gan y sefydliadau a restrir ar dudalen 10.

Cynnwys

Eich gofal 3

Gwaedu gastroberfeddol uchaf acíwt 5

Pan fyddwch yn gweld gweithiwr gofal iechyd proffesiynol am y tro cyntaf 5

Trin gwaedu gastroberfeddol uchaf 5

Canfod beth sy'n achosi'r gwaedu 7

Gwybodaeth a chymorth i gleifion a gofalwyr 9

Atal gwaedu gastroberfeddol uchaf ymhlith cleifion mewn gofal critigol 9

Rhagor o wybodaeth 10

NICE 11

Mae'r cyngor yng nghanllaw NICE yn cwmpasu oedolion a phobl ifanc (16 oed a hŷn) sydd:

- yn gwaedu o'u pibell gastroberfeddol uchaf
- mewn gofal critigol (er enghraifft mewn uned gofal dwys neu ddibyniaeth uchel) ac mae risg uchel y byddant yn datblygu gwaedu gastroberfeddol uchaf acíwt.

Nid yw'n edrych yn benodol ar y canlynol:

- oedolion â gwaedu gastroberfeddol uwch (hirdymor) cronig
- plant (15 oed ac iau)
- pobl sy'n gwaedu o rannau eraill o'r bibell gastroberfeddol.

Eich gofal

Mae gennych yr hawl i fod yn rhan o drafodaethau ac i wneud penderfyniadau hyddysg am eich triniaeth a'ch gofal gyda'ch tîm gofal iechyd. Mae eich dewisiadau'n bwysig a dylai gweithwyr gofal iechyd proffesiynol gefnogi'r rhain lle bynnag y bo'n bosibl. Dylid eich trin ag urddas a pharch.

Er mwyn eich helpu i wneud penderfyniadau dylai gweithwyr gofal iechyd proffesiynol esbonio gwaedu gastroberfeddol uchaf a'r triniaethau posibl ar ei gyfer. Dylent sôn am y manteision a'r risgiau posibl sy'n gysylltiedig â'ch amgylchiadau personol. Mewn argyfwng, gall gweithwyr gofal iechyd proffesiynol roi triniaeth ar unwaith, heb sicrhau eich caniatâd hyddysg, os yw er budd i chi.

Dylid rhoi gwybodaeth berthnasol sy'n addas i chi ac sy'n adlewyrchu unrhyw anghenion crefyddol, ethnig neu ddiwylliannol sydd gennych. Mae Gwasanaethau Trallwyso Gwaed a Thrawsblannu Meinwe y DU (www.transfusionguidelines.org.uk) wedi paratoi pecyn cymorth i weithwyr gofal iechyd proffesiynol, sy'n cynnwys amrywiaeth o datflenni gwybodaeth i gleifion am drallwysiadau gwaed, yn cynnwys gwybodaeth i bobl sy'n gwrthwynebu cael trallwysiadau gwaed ar sail egwyddor.

Dylai'r wybodaeth a roddir i chi hefyd ystyried unrhyw anableddau corfforol neu ddysgu, problemau gyda'r golwg neu'r clyw, neu anawsterau iaith sydd gennych. Dylech allu defnyddio gwasanaeth cyfieithydd neu eiriolwr (rhywun sy'n eich helpu i fynegi eich safbwynt) os oes angen. Dylid rhoi gwybodaeth a chymorth penodol i'ch teulu a'ch gofalwyr hefyd. Os byddwch yn cytuno, dylent hefyd gael y cyfle i fod yn rhan o'r penderfyniadau am eich gofal.

Dylech allu trafod neu adolygu eich gofal wrth i'ch triniaeth fynd rhagddi, neu wrth i'ch amgylchiadau newid. Gall hyn gynnwys newid eich meddwl am eich triniaeth neu'ch gofal. Os ydych wedi gwneud 'blaengyfarwyddeb' (a elwir yn 'ewyllys byw' yn y gorffennol, neu 'living will' yn Saesneg), lle rydych eisoes wedi rhoi cyfarwyddiadau am unrhyw driniaethau nad ydych am eu cael, mae dyletswydd gyfreithiol ar eich gweithwyr gofal iechyd proffesiynol i ystyried hyn.

Dylech roi eich caniatâd hyddysg ar gyfer pob triniaeth a gofal. Yn ystod eich salwch, os na allwch wneud penderfyniadau am eich gofal, mae dyletswydd ar eich gweithwyr gofal iechyd proffesiynol i siarad â'ch teulu neu ofalwyr oni fyddwch wedi gofyn yn benodol iddynt beidio â gwneud hyn. Dylai gweithwyr gofal iechyd proffesiynol ddilyn cyngor yr Adran Iechyd ar ganiatâd (www.dh.gov.uk/en/DH_103643) a'r cod ymarfer ar gyfer y Ddeddf Galluedd Meddyliol. Mae gwybodaeth am y Ddeddf a materion caniatâd ar gael yn www.nhs.uk/CarersDirect/moneyandlegal/legal. Yng Nghymru dylai gweithwyr gofal iechyd proffesiynol ddilyn cyngor ar ganiatâd gan Lywodraeth Cymru (www.cymru.nhs.uk/consent).

Gwaedu gastroberfeddol uchaf acíwt

Mae'r bibell gastroberfeddol uchaf yn cynnwys y corn gwddf (oesoffagws), y stumog a'r rhan gyntaf o'r coluddyn bach (a elwir yn dwodenwm). Mae symptomau gwaedu gastroberfeddol uchaf yn cynnwys chwydu gwaed neu basio carthion tywyll, gludiog sy'n cynnwys gwaed.

Mae sawl ffactor yn gallu achosi gwaedu gastroberfeddol uchaf. Yr achosion mwyaf cyffredin yw gwaedu o wlserau'r stumog a gwythiennau chwyddedig (a elwir yn wythiennau faricos).

Gall gwaedu sydyn, difrifol (acíwt) fod yn angheuol a dylid ei drin fel achos brys yn yr ysbyty.

Pan fyddwch yn gweld gweithiwr gofal iechyd proffesiynol am y tro cyntaf

Dylai eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol (meddyg yn yr adran Damweiniau ac Achosion Brys fel arfer) gynnal asesiad i benderfynu a oes angen i chi aros yn yr ysbyty am ragor o brofion neu driniaeth, neu ba un a allwch fynd adref. Mae NICE wedi dweud y dylai timau gofal iechyd ddefnyddio asesiad o'r enw sgôr asesu risg 'Blatchford'. Bydd yr asesiad yn cynnwys cymryd rhai samplau gwaed i'w profi, mesur eich pwysau gwaed a chael gwybodaeth am eich symptomau er mwyn gweld pa mor debygol yr ydych o waedu eto.

Trin gwaedu gastroberfeddol uchaf

Triniaeth gychwynnol

Nod y driniaeth gychwynnol yw sefydlogi'r claf. Gall fod angen i gleifion sydd wedi colli llawer o waed gael trallwysiad gwaed ar unwaith. Yn ogystal â thrallwysiad gwaed, gellir eich trin hefyd gyda chyffuriau o'r enw 'ffactorau ceulo' sy'n rheoli achosion o waedu.

Tra bod eich gwaedu yn cael ei reoli a lefelau eich gwaed yn dychwelyd i normal, bydd eich tîm gofal iechyd yn edrych ar gyffuriau eraill y gallech fod yn eu cymryd.

Os ydych yn cymryd warfarin (cyffur sy'n atal y gwaed rhag ceulo), ac nad yw'r gwaedu wedi peidio, dylid cynnig triniaeth i chi o'r enw prothrombin cymhlyg. Rhoddir y feddyginiaeth hon drwy beiriant diferu, i helpu eich gwaed i geulo'n normal eto.

Gall meddyginiaethau y gallech fod yn eu cymryd ar gyfer cyflyrau eraill effeithio ar allu eich gwaed i geulo. Os ydych wedi cael angina, trawiad ar y galon neu strôc, mae'n bosibl eich bod eisoes yn cymryd aspirin dogn isel. Mae NICE wedi dweud y gallwch barhau i gymryd aspirin dogn isel os yw eich gwaedu wedi peidio. Os ydych yn cymryd cyffur o'r enw clopidogrel, dylai eich meddyg drafod y risgiau a'r manteision sy'n gysylltiedig â pharhau â'r driniaeth gyda chi a'ch arbenigwr cardioleg neu strôc. Os ydych yn cymryd cyffuriau gwrthlidiol nad ydynt yn steroidau (a elwir hefyd yn NSAID) i drin llid a phoen (er enghraifft, os oes arthritis gennych), dylid rhoi'r gorau i'r driniaeth tra byddwch yn gwaedu.

Cwestiynau i'w gofyn am driniaeth gychwynnol

- Dywedwch wrthyf beth mae'r driniaeth gychwynnol yn ei olygu.
- Pam rydych wedi cynnig y math penodol hwn o driniaeth i mi?
- Beth yw manteision ac anfanteision y driniaeth hon?
- Beth yw'r camau nesaf?

Canfod beth sy'n achosi'r gwaedu

Os byddwch o'r farn nad yw eich gofal yn cyfateb i'r hyn a ddisgrifir yn y llyfryn hwn, siaradwch ag aelod o'ch tîm gofal iechyd yn gyntaf.

Ar ôl y driniaeth gychwynnol a ddisgrifir uchod, dylid cynnig endosgopi i chi. Mae endosgopi yn cynnwys archwilio'r tu mewn i'ch pibell gastroberfeddol uchaf gan ddefnyddio endosgop (tiwb cul, hyblyg gyda chamera ar y pen) a gaiff ei basio i lawr y llwnc.

Mae endosgopi yn helpu eich tîm gofal iechyd i ganfod beth sy'n achosi'r gwaedu ac asesu'r risg o waedu pellach.

Dylai pobl â gwaedu difrifol gael endosgopi ar unwaith. Dylai pawb arall sydd â gwaedu gastroberfeddol uchaf gael endosgopi o fewn 24 awr i gael eu derbyn i'r ysbyty. Mae NICE wedi dweud y dylai'r timau gofal iechyd ddefnyddio asesiad o'r enw sgôr 'Rockall' ar ôl i bob claf gael endosgopi. Mae sgôr Rockall yn helpu i nodi pobl y mae risg y byddant yn gwaedu eto neu y bydd cymhlethdodau eraill.

Caiff triniaethau i atgyweirio'r gwaedu eu cynnal drwy'r endosgop ('yn endosgopig') fel arfer, yn hytrach na thrwy lawdriniaeth 'agored'. Tra bo'r claf yn effro ond wedi'i dawelyddu, caiff yr endosgop a'r offer arbennig eu rhoi i mewn drwy'r geg i safle'r gwaedu. Gall eich tîm gofal iechyd roi rhagor o wybodaeth i chi am driniaethau endosgopig.

Gwaedu o wlserau'r stumog

Os mai wlser y stumog sy'n achosi'r gwaedu, defnyddir clipiau bach iawn, gwres neu gyffuriau ceulo i geulo'r gwaed ac atal y gwaedu. Defnyddir y triniaethau hyn ar y cyd â chyffur o'r enw adrenalin, a gaiff ei chwistrellu'n uniongyrchol i mewn i'r wlser i wella'r modd y bydd gwaed yn ceulo. Ni ddylid cynnig adrenalin i chi ar ei ben ei hun.

Ar ôl endosgopi (ond nid cyn hynny), dylid cynnig triniaeth i chi gyda chyffur o'r enw atalydd pwmp proton, sy'n gweithredu drwy leihau faint o asid a gaiff ei greu gan y stumog.

Os byddwch yn gwaedu eto neu os bydd risg y byddwch yn gwaedu eto ar ôl cael triniaeth, dylid cynnig endosgopi arall i chi, ac o bosibl rhagor o driniaeth, gyda naill ai radioleg ymyriadol neu lawdriniaeth i dynnu'r wlser. Mae radioleg ymyriadol yn cynnwys defnyddio sganiau i nodi tarddiad y gwaedu. Caiff tiwb hir, o'r enw cathetr, ei fwydo i mewn i'r corff i leoliad y gwaedu, a chaiff y gwaedu ei atal gan ddefnyddio clot gwaed ffug.

Gwaedu o wythiennau chwyddedig

Efallai na fydd rhai triniaethau yn addas i chi, yn dibynnu ar eich union amgylchiadau. Os oes gennych gwestiynau am y triniaethau a'r dewisiadau penodol sydd wedi'u cynnwys yn y llyfryn hwn, cofiwch siarad ag aelod o'ch tîm gofal iechyd.

Os bydd eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol yn amau bod eich gwaedu'n dod o wythiennau chwyddedig (yr enw meddygol am hyn yw gwaedu faricos) dylai gynnig triniaeth i chi gyda chyffur o'r enw terlipressin. Mae terlipressin yn culhau'r pibellau gwaed i helpu i arafu'r gwaedu. Dylid cynnig gwrthfiotigau i chi hefyd i helpu i atal haint.

Mae ffyrdd gwahanol o drin gwaedu o wythiennau chwyddedig, yn dibynnu ar darddiad y gwaed. Gall eich tîm gofal iechyd ddefnyddio math o fand elastig neu lud arbennig i atal y gwaedu, neu gall gynnig tiwb i chi (a elwir hefyd yn siynt) a gaiff ei osod i mewn i'r gwythiennau yn yr afu i wella llif y gwaed a gostwng y pwysedd yn y gwythiennau chwyddedig.

Cwestiynau y gallech fod am eu gofyn i'ch tîm gofal iechyd

- A allwch ddweud mwy wrthyf am yr hyn sy'n achosi fy ngwaedu?
- Pa driniaeth yw'r gorau ar gyfer fy math i o waedu a pham?
- A oes unrhyw risgiau yn gysylltiedig â'r driniaeth hon?
- Beth mae'r sgoriau asesu yn ei ddangos?

Os ydych wedi siarad â'ch tîm gofal iechyd a'ch bod o'r farn bod triniaeth yn addas i chi, ond nad yw ar gael, gallwch gysylltu â'ch gwasanaeth cyngor a chysylltiadau cleifion ('PALS') lleol neu Galw Iechyd Cymru.

Gwybodaeth a chymorth i gleifion a gofalwyr

Er mwyn eich helpu i ddeall eich cyflwr a'ch triniaeth, dylai eich tîm gofal iechyd roi gwybodaeth gyson, ar lafar ac yn ysgrifenedig am eich cyflwr i chi a'ch teulu neu ofalwyr. Dylai fod cyfathrebu da drwy gydol eich cyfnod yn yr ysbyty ac ar ôl i chi gael eich rhyddhau.

Atal gwaedu gastroberfeddol uchaf ymhlith cleifion mewn gofal critigol

Er mwyn atal gwaedu gastroberfeddol uchaf, dylid cynnig triniaeth cyffuriau i gleifion a dderbynnir i ofal critigol er mwyn lleihau faint o asid a grëir gan y stumog. Gall y cyffuriau hyn a elwir yn wrthwynebwyr derbynyddion H_2 ac atalyddion pwmp proton, helpu i atal gwaedu gastroberfeddol uchaf yn y stumog.

Dylid adolygu p'un a oes angen triniaeth barhaus pan fydd cleifion yn gwella neu'n cael eu rhyddhau o ofal critigol.

Cwestiynau y gallech fod am eu gofyn i'ch tîm gofal iechyd

- A oes unrhyw sefydliadau cymorth yn fy ardal leol?
- A allwch roi unrhyw wybodaeth i'm teulu/gofalwyr?

Rhagor o wybodaeth

Gall y sefydliad isod roi rhagor o wybodaeth a chymorth i bobl sydd â gwaedu gastroberfeddol uchaf. Nid yw NICE yn gyfrifol am ansawdd na chywirdeb unrhyw wybodaeth neu gyngor a roddir gan y sefydliad hwn.

- Guts UK Charity: Funding research to fight diseases of the gut, liver & pancreas, www.gutscharity.org.uk

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 lleol (a elwir yn 'PALS' fel arfer) roi rhagor o wybodaeth a chymorth i chi. Dylech hefyd gysylltu â PALS os nad ydych yn fodlon ar y driniaeth a gynigir i chi, ond dylech drafod eich gofal gydag aelod o'ch tîm gofal iechyd yn gyntaf. Os na all eich PALS lleol eich helpu, dylai eich cyfeirio at eich gwasanaeth eiriolaeth cwynion annibynnol lleol. Os ydych yn byw yng Nghymru dylech siarad â Galw Iechyd Cymru i gael gwybodaeth am bwy i gysylltu â hwy.

NICE

Mae NICE yn llunio canllawiau (cyngor) i'r GIG ar atal, canfod a thrin cyflyrau meddygol. Ysgrifennir y canllawiau gan arbenigwyr annibynnol gan gynnwys gweithwyr gofal iechyd proffesiynol a phobl sy'n cynrychioli cleifion a gofalwyr. Maent yn ystyried y dystiolaeth sydd ar gael am y cyflwr a'r triniaethau, barn cleifion a gofalwyr a phrofiadau meddygon, nyrsys a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol eraill. 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 llyfryn hwn a fersiynau eraill o'r canllaw a anelir at weithwyr gofal iechyd proffesiynol ar gael yn www.nice.org.uk/guidance/CG141.

Rydym yn annog y GIG a sefydliadau gwirfoddol i ddefnyddio testun o'r llyfryn hwn yn eu gwybodaeth eu hunain am waedu gastroberfeddol uchaf acíwt.

ISBN 978-1-84936-918-3

© National Institute for Health and Clinical Excellence, 2012. 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.