Dyddiad cyhoeddi Gorffennaf 2009

Deall canllawiau NICE

Gwybodaeth i bobl sy'n defnyddio gwasanaethau'r GIG

National Institute for Health and Clinical Excellence

Mewnblaniadau ar gyfer fflat-wadn symudol

Mae 'arweiniad Techlechyd' 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 mewnblaniadau yn y GIG i drin pobl sydd â fflatwadn symudol. Mae'n egluro'r canllawiau (cyngor) gan NICE (y Sefydliad Cenedlaethol dros Iechyd a Rhagoriaeth Glinigol).

Mae arweiniad Techlechyd 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.

Mae NICE wedi paratoi'r canllawiau hyn am nad oes llawer o wybodaeth am ba mor dda y mae'n gweithio, pa mor ddiogel ydyw a pha gleifion fydd yn cael y budd mwyaf ohoni.

Ysgrifennwyd y daflen hon i helpu pobl y cynigiwyd y driniaeth hon iddynt fel y gallant benderfynu p'un a ddylent gytuno (cydsynio) iddi ai peidio. Nid yw'n disgrifio fflatwadn symudol na'r driniaeth yn fanwl - dylai aelod o'ch tîm gofal iechyd hefyd roi gwybodaeth lawn a chyngor i chi am y rhain. 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 gadarn sy'n dangos pa mor dda mae'r driniaeth hon yn gweithio a pha mor ddiogel ydyw. Os yw llawfeddyg am osod mewnblaniad ar gyfer fflatwadn symudol, dylai sicrhau ei fod yn cymryd camau ychwanegol i egluro'r ansicrwydd ynglŷn â pha mor dda y mae'n gweithio ac y gallai canlyniad llwyddiannus ddibynnu ar beth sy'n achosi'r fflatwadn, ynghyd â'r ansicrwydd sy'n gysylltiedig â risgiau posibl y driniaeth. Dylai hefyd esbonio efallai y bydd angen rhagor o driniaethau ac y mae'n bosibl y bydd angen tynnu'r mewnblaniad yn hwyrach. Dylai hyn ddigwydd cyn i'r claf gytuno (neu beidio â chytuno) i'r driniaeth. Dylai'r claf 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 claf ar ôl y driniaeth.

Ni ddylid defnyddio'r driniaeth hon ar gyfer y rhan fwyaf o blant â fflatwadn symudol. Gellir ei ddefnyddio ar gyfer rhai plant â fflatwadn symudol a achosir gan glefydau niwrogyhyrol (megis polio, spina bifida a pharlys yr ymennydd), dysplasia sgerbydol neu lacrwydd gewynnol (cymalau llac). Dim ond tîm o feddygon arbenigol a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol a ddylai gyflawni'r driniaeth hon. Yn anaml gellir ei defnyddio ar gyfer oedolion addas a gafodd eu dewis yn ofalus.

Mae NICE wedi annog gwaith ymchwil pellach i fewnblaniadau ar gyfer fflatwadn symudol. Dylai'r astudiaethau gynnwys manylion pa gleifion a ddewisir, a yw'n addas ar gyfer oedolion neu blant, a gynhaliwyd triniaethau ychwanegol a dylai roi canlyniadau dros gyfnod hir. Byddai astudiaethau sy'n cymharu cynnydd cleifion a gafodd y mewnblaniad a'r rhai na chafodd driniaeth ar eu traed yn ddefnyddiol hefyd. Efallai y bydd NICE yn adolygu'r driniaeth os bydd rhagor o dystiolaeth ar gael.

Mewnblaniadau ar gyfer fflatwadn symudol

Efallai nad hon yw'r unig driniaeth bosibl ar gyfer fflatwadn symudol. 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.

Yr enw meddygol ar y driniaeth hon yw ‘gosod mewnblaniad sinws tarsi’ neu 'cymalgyfyngu o dan asgwrn ffêr' ar gyfer fflatwadn symudol. Ni chaiff y driniaeth ei disgrifio'n fanwl yma - siaradwch â'ch arbenigwr i gael disgrifiad llawn.

Cyflwr yw fflatwadn lle mae pont y droed wedi disgyn ac mae'r droed yn gorwedd yn fflat ar y ddaear. Yn y cyflwr fflatwadn anhyblyg mae'r droed yn fflat yn barhaol, lle gyda fflatwadn symudol (a elwir yn hyblyg hefyd) mae pont y droed yn diflannu wrth sefyll ond mae'n ailymddangos wrth eistedd neu sefyll ar flaenau eich traed. Mae fflatwadn symudol yn gyffredin ac fel arfer yn ddi-boen, yn enwedig mewn plant. Fodd bynnag, mae rhai pobl yn cael poen yn eu troed. Nid oes angen triniaeth ar y mwyafrif o blant ac oedolion sydd â fflatwadn symudol, ond gallai mewnwadnau cynhaliol a ffisiotherapi helpu. Yn anaml iawn, efallai y bydd angen llawdriniaeth yn dibynnu ar yr hyn sy'n achosi'r cyflwr.

Caiff y llawdriniaeth i osod y mewnblaniad ei chynnal o dan anesthetig cyffredinol neu leol. Gwneir toriad yn ochr allanol y droed a gosodir y mewnblaniad yn y gofod (a elwir y sinws tarsi) rhwng asgwrn y sawdl a'r asgwrn o'i flaen. Mae dyfeisiau'r mewnblaniad yn amrywio o ran math, maint a siâp, ond maent i gyd yn ceisio cadw pont y droed i fyny a chywiro'r fflatwadn. Yn dibynnu ar yr hyn sy'n ei achosi, gellir cynnal triniaethau ychwanegol ar yr un pryd i dendonau ac esgyrn y droed. Ar ôl y driniaeth, efallai y defnyddir rhwymiad neu gast o blastr ac esgidiau a addaswyd a/neu mewnwadnau. Mewn plant, efallai y bydd angen tynnu'r mewnblaniad yn nes ymlaen er mwyn caniatáu twf.

Beth mae hyn yn ei olygu i mi?

Os yw eich llawfeddyg wedi cynnig mewnblaniad i chi ar gyfer fflatwadn symudol, 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 llawfeddyg 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 p'un 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 llawfeddyg cyn i chi wneud penderfyniad.

Mae NICE wedi penderfynu hefyd bod angen mwy o wybodaeth am y driniaeth hon. Efallai y bydd eich llawfeddyg yn gofyn i chi a ellir defnyddio manylion am eich triniaeth 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

- 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?

Crynodeb o fanteision a risgiau posibl

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

Disgrifir rhai o'r manteision a'r risgiau a welwyd yn yr astudiaethau a ystyriwyd gan NICE yn fras yma. Edrychodd NICE ar 12 astudiaeth o'r driniaeth hon.

Pa mor dda y mae'r driniaeth yn gweithio?

Mewn astudiaeth o 54 o gleifion a gafodd driniaeth mewnblaniad ar gyfer fflatwadn symudol, dywedodd bron i chwarter o'r cleifion bod y symptomau wedi mynd yn llwyr a'r mwyafrif yn nodi bod rhywfaint yn llai o symptomau ganddynt ar gyfartaledd o ddwy flynedd yn ddiweddarach. Dim ond 3% na chafodd llai o symptomau o gwbl.

Nodwyd poen troed cyn y driniaeth ac ar ei hôl mewn astudiaeth o 37 o gleifion. Cyn y llawdriniaeth, roedd poen gan 22 o gleifion, ond ar ôl y llawdriniaeth dim ond 2 oedd yn nodi poen. Mewn astudiaeth o 23 o gleifion, darganfuwyd bod cleifion a gafodd y driniaeth yn dioddef llai o boen ar ôl cyfartaledd o 44 o fisoedd.

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 feddygaeth. Dywedodd y cynghorwyr mai prif ffactorau'r llwyddiant yw ansawdd bywyd, lleddfu poen, gwelliant a welir ar luniau pelydrau-x, cerdded yn well, siap troed ac esgidiau arferol, gwelliant hirdymor gan ddefnyddio system sgorio i fesur y gwelliant.

Risgiau a phroblemau posibl

Amrywiodd y ganran o gleifion a oedd angen tynnu'r mewnblaniad o lai nag 1% i 39% mewn astudiaethau gwahanol. Torrodd un claf yr is asgwrn ffêr chwe blynedd ar ôl y driniaeth mewn un astudiaeth a chollodd un claf gyflenwad gwaed a chwympodd asgwrn yn y droed ar ôl 10 mlynedd mewn astudiaeth arall. Mewn astudiaethau eraill, ymhlith y problemau roedd datblygu tyllau llawn hylif (systiau) a lympiau esgyrnog (canghennau) ar yr asgwrn ffêr, caledi difrifol o'r asgwrn ffêr, darganfod naddion yn y gofod o flaen asgwrn y sawdl a symudiad yn y mewnblaniad.

Darganfu'r astudiaeth o 54 o gleifion bod y mewnblaniad wedi symud o'i le mewn 9% o'r traed ar ôl blwyddyn. Mewn astudiaeth o 49 o gleifion, darganfuwyd naddion naill ai asgwrn neu fewnblaniad yn y gofod rhwng asgwrn y sawdl a'r asgwrn nesaf mewn un droed.

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 feddygaeth. Dywedodd y cynghorwyr bod niwed i nerfau a cholli symudiad yn y droed yn broblemau posibl.

Rhagor o wybodaeth am fflatwadn

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 gwybodaeth 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'r arweiniad Techlechyd 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 'Gosod mewnblaniad sinws tarsi ar gyfer fflatwadn symudol'. Mae'r daflen hon a'r canllawiau llawn a anelir at weithwyr gofal iechyd proffesiynol ar gael ar www.nice.org.uk/HTG196

Rydym yn annog sefydliadau gwirfoddol, 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 978-1-4731-8067-3
N1949 1P Jul 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.