Dyddiad cyhoeddi Gorffennaf 2009

Deall canllawiau NICE

Gwybodaeth i bobl sy'n defnyddio gwasanaethau'r GIG

National Institute for Health and Clinical Excellence

Amnewid disgiau wedi'u treulio yn rhan isaf asgwrn y cefn â disgiau artiffisial

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 disgiau artiffisial yn y GIG i drin pobl sydd â disgiau wedi'u treulio yn rhan isaf asgwrn y cefn. 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 hyd yn hyn 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 disgiau wedi'u treulio yn rhan isaf asgwrn y cefn na'r driniaeth yn fanwl - dylai aelod o'ch tîm gofal iechyd hefyd roi'r wybodaeth lawn a chyngor i chi ar 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 8.

Beth mae NICE wedi'i ddweud?

Gellir cynnig y driniaeth hon yn rheolaidd fel opsiwn triniaeth i bobl sydd â disgiau wedi'u treulio yn rhan isaf eu hasgwrn cefn cyn belled â bod meddygon yn siŵr:

- bod y claf yn deall beth mae'n ei olygu a'i fod yn cytuno i gael y driniaeth, ac
- y caiff canlyniadau'r driniaeth eu monitro.

Dylai tîm o feddygon arbenigol sydd â phrofiad o reoli disgiau wedi'u treulio yn rhan isaf asgwrn y cefn benderfynu pa gleifion sydd fwyaf addas ar gyfer y driniaeth hon. Dim ond cleifion sydd heb wella ar ôl triniaethau safonol ddylai gael y driniaeth hon neu'r rheini nad yw triniaethau safonol yn addas iddynt.

Roedd yr astudiaethau yr edrychodd NICE arnynt yn asesu cleifion am gyfnod byr yn unig. Mae NICE wedi annog rhagor o ymchwil i osod disgiau artiffisial newydd ac yn annog meddygon i gasglu a chyhoeddi canlyniadau yn y tymor hwy a chynnwys gwybodaeth am ba gleifion a gafodd eu trin ac a oedd angen llawdriniaeth bellach.

Gosod disg artiffisial newydd yn rhan isaf asgwrn y cefn

Yr enw meddygol ar y driniaeth hon yw 'ailosod disg rhyngfertebrol prosthetig ym meingefn asgwrn y cefn’. Ni chaiff y driniaeth ei disgrifio'n fanwl yma - siaradwch â'ch meddyg i gael disgrifiad llawn.

Efallai nad hon yw'r unig driniaeth bosibl ar gyfer disgiau wedi'u treulio yng ngwaelod y cefn. 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.

Mae asgwrn y cefn yn cynnwys esgyrn bach a elwir yn fertebrâu a gaiff eu gwahanu gan ddisgiau gwydn sy'n gorwedd rhwng yr esgyrn ac yn gweithredu fel clustogau. Os yw'r disgiau ar waelod asgwrn y cefn yn cael eu treulio, caiff ei enwi'n glefyd disg dirywiol. Mae hyn yn digwydd yn aml wrth i rywun heneiddio a gall achosi poen yng ngwaelod y cefn. Yn y rhan fwyaf o gleifion, mae'r symptomau'n gwella dros amser, er y gallai fod angen triniaeth â chyffuriau, pigiadau neu ffisiotherapi arnynt. Weithiau bydd angen llawdriniaeth ar y rheini sydd â symptomau difrifol nad ydynt yn gwella. Mae ymasiad yr asgwrn cefn yn golygu uno dau neu fwy o'r esgyrn yn asgwrn y cefn ynghyd drwy ddefnyddio grafft asgwrn i geisio eu hatal rhag symud ac achosi poen.

Mae ailosod disg rhyngfertebrol prosthetig ym meingefn asgwrn y cefn yn golygu tynnu'r disg sydd wedi'i niweidio a gosod disg artiffisial yn ei le. Rhoddir anesthetig cyffredinol i'r claf a gwneir y driniaeth drwy doriad yn ei abdomen. Tynnir rhan o'r disg sydd wedi'i niweidio, neu'r disg cyfan a gosodir disg artiffisial yn ei le. Cynlluniwyd y disg artiffisial i weithredu fel disg naturiol, gan ganiatáu symudiad di-boen rhwng yr esgyrn. Yn dibynnu ar nifer y disgiau sydd wedi eu heffeithio, gall unigolyn amnewid un neu ragor o ddisgiau mewn lleoedd gwahanol yn asgwrn y cefn yn ystod yr un llawdriniaeth.

Beth mae hyn yn ei olygu i mi?

Mae NICE wedi dweud bod y driniaeth hon yn ddigon diogel ac yn gweithio’n ddigon da i gael ei defnyddio yn y GIG. Os yw eich meddyg yn credu bod gosod disg artiffisial yn driniaeth addas i chi, dylai sicrhau eich bod yn deall y manteision a’r risgiau o hyd cyn gofyn i chi gytuno i’r driniaeth.

Mae NICE wedi penderfynu hefyd fod angen mwy o wybodaeth am y driniaeth hon. Efallai y bydd eich meddyg 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.

Isod ceir disgrifiad bras o rai o'r manteision a'r risgiau a welwyd yn yr astudiaethau a ystyriwyd gan NICE. Edrychodd NICE ar 8 astudiaeth o'r driniaeth hon.

Pa mor dda y mae'r driniaeth yn gweithio?

Cymharodd un astudiaeth 205 o gleifion a gafodd driniaeth disgiau artiffisial â 99 o gleifion a gafodd ymasiad yr asgwrn cefn. Nododd y cleifion a gafodd osod disg artiffisial newydd lawer mwy o welliant o gymharu â'r rheini a gafodd ymasiad yr asgwrn cefn hyd at 6 mis ar ôl eu llawdriniaeth. Fodd bynnag, erbyn 12 mis nid oedd y gwahaniaeth rhwng y grwpiau bellach yn fawr.

Mewn astudiaeth o 236 o gleifion, cafodd 161 driniaeth â disgiau artiffisial a 75 ag ymasiad yr asgwrn cefn. Dri mis ar ôl llawdriniaeth, nododd y cleifion a gafodd osod disg newydd welliant o 87% yn ansawdd eu bywydau (a fesurwyd drwy ddefnyddio holiadur), lle'r oedd y rhai a gafodd ymasiad yr asgwrn cefn yn profi gwelliant o 70%. Fodd bynnag, erbyn 24 mis ar ôl y llawdriniaeth nid oedd y gwahaniaeth rhwng y grwpiau bellach yn fawr.

Nododd astudiaeth o 106 o gleifion a gafodd driniaeth â disgiau artiffisial y cafodd 82% ganlyniadau 'ardderchog' (dim poen) neu 'dda' a 18% ganlyniadau 'teg' neu 'gwael' (dim gwelliant neu waeth) ar gyfartaledd o 13 mlynedd ar ôl y llawdriniaeth. Yn yr un astudiaeth, roedd 86 allan o 96 o gleifion sy'n gymwys i weithio wedi dychwelyd, gan gynnwys 28 allan o 36 sy'n gwneud gwaith â llaw.

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'r prif ffactorau llwyddiant yw lleddfu poen, llai o anabledd, dychwelyd i'r gwaith, ansawdd bywyd a llai o angen am ragor o driniaeth.

Risgiau a phroblemau posibl

Mewn un astudiaeth, torrodd 1 allan o 44 o gleifion a gafodd driniaeth â disg artiffisial ei asgwrn cefn a oedd angen llawdriniaeth bellach. Darganfu astudiaeth o 304 o gleifion bod cymhlethdodau mawr yn effeithio ar nerfau'r cefn yn fwy cyffredin ar ôl llawdriniaeth ymasiad (5%) nag ar ôl gosod disg artiffisial newydd (2%). Roedd angen llawdriniaeth bellach o fewn 2 flynedd mewn 9% o gleifion a gafodd osod disg newydd ac mewn 10% o gleifion a gafodd ymasiad yr asgwrn cefn mewn astudiaeth o 688 o gleifion. Mewn astudiaeth o 2490 o gleifion, datblygodd 14% o'r rheini a gafodd driniaeth ag ymasiad yr asgwrn cefn glefyd disg dirywiol mewn disgiau cyfagos o gymharu ag 1% o gleifion a gafodd driniaeth â disgiau artiffisial. Yn yr astudiaeth o 236 o gleifion, darganfuwyd arwyddion o haint mewn 2 allan o 75 o gleifion a gafodd driniaeth ag ymasiad yr asgwrn cefn a dim un o'r cleifion a gafodd driniaeth â disgiau artiffisial ar ôl 2 flynedd.

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 cymhlethdodau posibl yn cynnwys niwed i'r pibellau gwaed, torri asgwrn y cefn, ffrydiad gwrthredol mewn dynion (lle mae'r semen yn mynd yn ôl i'r corff yn ystod rhyw), symptomau'n parhau a'r disg yn treulio a symudiad ynddo. Yn ddamcaniaethol, gallai hyn gynnwys niwed i'r

nerfau a'r coluddyn, gwaedu, haint, problemau â'r bledren a methiant y disg a fyddai angen llawdriniaeth.

Rhagor o wybodaeth am glefyd disg dirywiol

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 am 'Ailosod disg rhyngfertebrol prosthetig ym meingefn asgwrn y cefn.' Mae'r daflen hon a'r canllawiau llawn a anelir at weithwyr gofal iechyd proffesiynol ar gael ar www.nice.org.uk/HTG197

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 978-1-4731-8070-3
N1950 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.