

Trin adlyniadau epidwrol yn rhigol yr asgwrn cefn gan ddefnyddio llawdriniaeth twll clo

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

Mae'r daflen hon ar sut a phryd y gellir defnyddio llawdriniaeth twll clo yn y GIG i drin pobl sydd â phoen yng ngwaelod y cefn ac yn y coesau a achosir gan adlyniadau epidwrol (math o feinwe craith yn yr asgwrn cefn). Mae'n egluro'r canllawiau (cyngor) gan NICE (y Sefydliad Cenedlaethol dros Iechyd a Rhagoriaeth Glinigol).

Mae arweiniad Techlechydd 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 pobl y cynigiwyd y driniaeth hon iddynt fel y gallant benderfynu p'un a ddylent gytuno (cydsynio) iddi ai peidio. Nid yw'n disgrifio poen yng ngwaelod y cefn neu yn y coesau na'r driniaeth yn fanwl - dylai aelod o'ch tîm gofal iechyd hefyd roi gwybodaeth 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 7.

Beth mae NICE wedi'i ddweud?

Prin yw'r dystiolaeth dda ynghylch pa mor dda mae'r driniaeth hon yn gweithio, er bod rhywfaint o dystiolaeth ei bod yn gweithio yn y tymor byr. Fodd bynnag, mae rhai pryderon ynghylch diogelwch. Os yw meddyg am ddefnyddio'r driniaeth hon, dylai sicrhau ei fod yn cymryd camau ychwanegol i egluro'r ansicrwydd ynglŷn â pha mor dda y mae'n gweithio, ynghyd â risgiau posibl y driniaeth. Yn benodol, dylai egluro'r risgiau o niwed i nerfau, twll yn leinin llinyn y cefn (twll dwrol) a phroblemau gyda'r golwg. Dylai hyn ddigwydd cyn i'r claf gytuno (neu beidio â chytuno) i'r driniaeth. Dylid rhoi'r daflen hon a gwybodaeth ysgrifenedig arall i'r claf 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. Mae NICE wedi annog gwaith ymchwil pellach am y driniaeth.

Efallai nad hon fydd yr unig driniaeth bosibl ar gyfer poen gwaelod y cefn neu yn y coesau a achosir gan adlyniadau epidwrol.

Dylai eich tîm gofal iechyd siarad â chi ynghylch p'un a yw'n addas i chi a pha opsiynau

Trin adlyniadau epidwrol gan ddefnyddio llawdriniaeth twll clo

Yr enw meddygol ar y driniaeth hon yw 'rhaniad endosgopig therapiwtig o adlyniadau epidwrol'. Ni chaiff y driniaeth ei disgrifio'n fanwl yma - siaradwch â'ch meddyg i gael disgrifiad llawn.

Gall poen hirdymor yng ngwaelod y cefn neu yn y coesau gael ei achosi gan fath o feinwe craith, a elwir yn 'adlyniadau epidwrol', o amgylch gwreiddiau'r nerfau yn yr asgwrn cefn. Mae'r driniaeth hon yn golygu gwahanu adlyniadau epidwrol o'r nerfau neu o llinyn y cefn drwy doriad bach yn agos i waelod yr asgwrn cefn ('llawdriniaeth twll clo') gan ddefnyddio offer arbennig gyda'r nod o leihau poen.

Rhoddir anesthetig lleol a chyffuriau tawelu i'r claf. Gosodir gwifren dywys ac endosgop (telesgop ar gyfer edrych y tu mewn i'r corff) i mewn i'r 'gwagle epidwrol' o fewn rhigol yr asgwrn cefn. Defnyddir fflworosgopi (math arbennig o belydr-X) i helpu i dywys yr offer. Caiff y gwagle epidwrol ei ehangu drwy chwistrellu hylif sterilaidd (o'r enw toddiant heli). Yna bydd y llawfeddyg yn defnyddio'r endosgop i archwilio'r gwagle epidwrol, gan ofyn i'r claf ddweud pan fydd yn teimlo poen fel y gellir canfod gwreiddiau'r nerfau yr effeithir arnynt. Yna defnyddir offerynnau arbennig y gellir eu trosglwyddo i lawr yr endosgop er mwyn gwahanu'r adlyniadau epidwrol o'r nerfau neu linyn y cefn.

Beth mae hyn yn ei olygu i mi?

Os yw eich meddyg wedi cynnig llawdriniaeth twll clo i chi ar gyfer poen yng ngwaelod y cefn neu yn y coesau a achosir gan adlyniadau epidwrol, dylai ddweud wrthyfch fod NICE wedi penderfynu bod y manteision yn ansicr a bod rhai risgiau difrifol. 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 p'un a ydych am gytuno i'r 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.

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?
- 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

Disgrifir rhai o'r manteision a'r risgiau a welwyd yn yr astudiaethau a ystyriwyd gan NICE yn fras yma. Edrychodd NICE ar 10 astudiaeth o'r driniaeth hon.

Pa mor dda y mae'r driniaeth yn gweithio?

Nododd astudiaeth o 83 o gleifion a oedd yn cymharu'r driniaeth twll clo hon â thriniaeth twll clo debyg a ddefnyddir i ganfod adlyniadau epidwrol fwy o welliant o ran poen yn y cleifion a gafodd driniaeth twll clo o'u cymharu â'r rheini a gafodd ddiagnosis twll clo pan edrychwyd ar eu cynnydd adeg

yr asesiad 12 mis. Yn yr un astudiaeth, gwelodd y cleifion a gafodd driniaeth twll clo fwy o welliant yn eu gallu i weithredu'n arferol (a fesurwyd gan holiadur) ar ôl 12 mis na'r rheini a gafodd ddiagnosis twll clo.

Mewn astudiaeth o 183 o gleifion a gafodd driniaeth twll clo, roedd y rheini a oedd eisoes wedi cael llawdriniaeth i'r nerfau (yn cynnwys datgywasgu nerfau) yn cael llai o boen yn y coesau a gwaelod y cefn ar ôl 3 mis na'r rheini na chafodd y driniaeth. Mewn astudiaeth o 38 o gleifion, nid oedd gwelliant arwyddocaol yn y boen nac ym moddhad y claf pan edrychwyd ar eu cynnydd ddau a 12 mis ar ôl 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 y cynghorwyr mai'r prif ffactorau llwyddiant yw lleddfu poen, gwella sgoriau o ran y gallu i weithredu'n arferol, gwella ansawdd bywyd a chyflwr seicolegol, caniatáu i gleifion ddychwelyd i'r gwaith ac osgoi triniaeth ysgogiad llinyn y cefn ar gyfer poen.

Risgiau a phroblemau posibl

Nodwyd twll i leinin llinyn y cefn (twll dwrol)

mewn chwech allan o gyfanswm o 183 o gleifion mewn tair astudiaeth. Cafodd un o'r cleifion hyn broblemau difrifol pellach a achoswyd gan yr hylif lliw (a elwir yn ddeunydd cyferbyniol) a ddefnyddir yn y driniaeth yn gollwng. Fodd bynnag, gwellodd y claf yn

llwyr. Nododd astudiaeth o 120 o gleifion niwed i orchuddion yr asgwrn cefn gan achosi problemau niwrolegol mewn 11 allan o 60 o gleifion a gafodd driniaeth endosgopig twll clo o'u cymharu â chwech allan o 60 o gleifion a gafodd driniaeth an-endosgopig. Gall y cymhlethdodau hyn weithiau achosi niwed difrifol i'r nerfau a pharlys. Nododd astudiaeth o 83 o gleifion niwed i nerfau mewn un claf a wellodd gyda thriniaeth steroid.

Disgrifiwyd problemau â'r golwg mewn 12 o gleifion mewn astudiaeth ar ddiogelwch y driniaeth twll clo. Nododd astudiaeth bellach i'r golwg bylu mewn

un claf yn union ar ôl y driniaeth twll clo a wellodd o fewn dau fis.

Nodwyd newidiadau tymor byr mewn teimlad, er enghraifft, goglais neu ddiffwrwythder, mewn dau glaf mewn astudiaeth o 38 o gleifion.

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 y cynghorwyr mewn egwyddor, fod y problemau posibl yn cynnwys rhwygo gwreiddiau'r nerfau o linyn y cefn, niwed i'r nerfau neu barlys, llid yn y bilen o amgylch llinyn y cefn (llid yr ymennydd), neu'n benodol y bilen 'arachnoid' (arachnoiditis), parlys, haint epidwrol neu grawniad a mwy o bwysedd yn y gwagle epidwrol mewn perthynas â chwistrellu'r toddiant heli. Gallai'r problemau posibl pellach gynnwys diffwrwythder yn y coesau a dallineb.

Rhagor o wybodaeth am boen yng ngwaelod y cefn ac yn y coesau

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. I gael manylion holl ganllawiau NICE ar boen gwaelod y cefn, ewch i'n gwefan yn www.nice.org.uk

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 Techlechydd 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 y mae'n gwneud penderfyniadau, ewch i www.nice.org.uk/aboutguidance

Mae'r daflen hon am 'raniad endosgopig therapiwtig o adlyniadau epidwrol'. Mae'r daflen hon a'r canllawiau llawn a anelir at weithwyr gofal iechyd proffesiynol ar gael yn

www.nice.org.uk/guidance/HTG210

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 978-1-4731-8110-6

N2129 1P Feb 10

© National Institute for Health and Clinical Excellence, 2010. 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.