

Triniaeth laser ar gyfer niwed i ran isaf yr asgwrn cefn (y meingefn) sy'n achosi poen difrifol

*Mae arweiniad
Techlechydd NICE
yn rhoi cyngor i'r
GIG ynghylch 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 triniaeth laser yn y GIG i drin pobl sydd wedi cael niwed i ran isaf yr asgwrn cefn (y meingefn) sy'n achosi poen cefn difrifol. 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. Gall ymyriad olygu prawf, 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 ysbytai) ar ôl ystyried pa mor dda y mae'r driniaeth yn gweithio a ph'un a yw'n cynnig gwerth 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 niwed i feingefn yr asgwrn cefn sy'n achosi poen difrifol na'r driniaeth yn fanwl - dylai aelod o'ch tîm gofal iechyd hefyd roi gwybodaeth lawn a chyngor i chi. 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 o wybodaeth a chymorth pellach ar dudalen 6.

Beth mae NICE wedi'i ddweud?

Mae tystiolaeth bresennol am ddiogelwch ac effeithiolrwydd triniaeth laser ar gyfer niwed i feingefn yr asgwrn cefn yn ddigonol i gefnogi'r defnydd o'r driniaeth hon cyhyd ag y bo trefniadau cyffredin ar waith ar gyfer llywodraethu clinigol, caniatâd ac archwilio.

Dim ond cleifion sy'n cael poen difrifol yn rhan isaf y cefn neu'r coesau nad ydynt wedi ymateb i driniaeth nad yw'n llawfeddygol y mae sganiau wedi dangos bod ganddynt ddisg cyfan sydd wedi chwyddo y dylid eu dewis i gael y driniaeth hon. Ni ddylai'r cleifion fod angen llawdriniaeth ar gyfer niwed i nerfau nac i ddisg yn yr asgwrn cefn.

Efallai nad hon fydd yr unig driniaeth bosibl ar gyfer disg sydd wedi'i niweidio ym meingefn yr asgwrn 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.

Triniaeth laser ar gyfer niwed i feingefn yr asgwrn cefn

Yr enw meddygol ar y driniaeth hon yw 'abladiad mewnddisgol â laser drwy'r croen ym meingefn yr asgwrn cefn'.

Ni chaiff y driniaeth ei disgrifio'n fanwl yma - siaradwch â'ch arbenigwr i gael disgrifiad llawn.

Mae'r asgwrn 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. Weithiau gall disgiau gael eu niweidio ac achosi i ran fewnol y disg chwyddo (a elwir yn allwthiad). Gall y disg sydd wedi chwyddo wthio yn erbyn un neu fwy o wreiddiau'r asgwrn cefn gan achosi poen yn y cefn neu'r coesau ac weithiau ddiffrwythder a gwendid yn y coesau.

Mae triniaethau ar gyfer disg sydd wedi chwyddo yn y meingefn yn cynnwys gorffwys, poenladdwyr a ffisiotherapi. Weithiau bydd angen llawdriniaeth ar bobl sydd â niwed i'r nerfau neu symptomau difrifol nad ydynt yn gwella. Gall llawdriniaeth gynnwys tynnu rhan o'r disg drwy dwll bach (a elwir yn microdissectomi).

Yn ystod y driniaeth hon caiff y disg ei drin gan ddefnyddio ynni laser. Caiff y claf ei lonyddu a rhoddir anesthetig lleol iddo. Gosodir nodwydd yn y disg yr effeithiwyd arno a defnyddir pelydr-x a delweddau fideo i helpu i ddod o hyd i'r safle cywir. Yna caiff tiwb tenau, y caiff ynni laser ei anfon drwyddo, ei drosglwyddo drwy'r nodwydd i mewn i'r disg. Yna defnyddir y laser i leihau'r disg chwyddedig.

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 triniaeth laser ym meingefn yr asgwrn cefn yn addas i chi, dylai sicrhau eich bod yn deall y manteision a'r risgiau o hyd cyn gofyn i chi gytuno iddi.

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 driniaeth?
- 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 10 astudiaeth o'r driniaeth hon.

Pa mor dda y mae'r driniaeth yn gweithio?

Nodwyd canlyniadau 'ardderchog' neu 'dda' gan un astudiaeth mewn perthynas â lleddfu poen a gwell symudedd mewn 419 allan o 500 o gleifion (84%) y cawsant driniaeth laser ac mewn 428 allan o 500 o gleifion (86%) y cawsant driniaeth (microdissectomi) yn ystod eu gwiriad ar ôl dwy flynedd. Nodwyd canlyniadau 'ardderchog' gan astudiaeth arall mewn perthynas â lleddfu poen a gwell symudedd mewn 29 allan o 60 o gleifion (48%) y cawsant driniaeth laser ac mewn 22 allan o 46 o gleifion (48%) y cawsant driniaeth sy'n defnyddio dyfais awtomataidd i dynnu rhan o'r disg drwy doriad bach yng nghroen y claf (dissectomi meingefnol awtomataidd drwy'r croen).

Nodwyd cyfradd llwyddiant o 75% mewn astudiaeth o 518 o gleifion a nododd astudiaeth o 576 o gleifion fod 61% o gleifion yn fodlon ar ganlyniadau triniaeth laser.

Nododd astudiaeth o 1,000 o gleifion fod angen llawdriniaeth bellach ar 16 allan o 500 o gleifion am broblemau yn ymwneud â'r disg (torllengig) neu boen parhaus yn y coesau neu'r cefn ar ôl triniaeth laser yn ystod eu gwiriad ar ôl dwy flynedd, o gymharu â 35 allan o 500 o gleifion ar ôl llawdriniaeth microdissectomi.

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. Nododd y cynghorwyr mai prif fanteision y driniaeth hon yw lleihau nifer yr achosion lle mae'r cyflwr yn dychwelyd a'r angen am lawdriniaeth arall, sgoriau gwell o ran poen ac anabledd, a lleddfu poen a achoswyd gan nerfau wedi'u cywasgu.

Gwybodaeth am arweiniad Techlechyd NICE 230

Risgiau a phroblemau posibl

Nodwyd mewn tair astudiaeth fod wyth allan o 1,156 o gleifion a gafodd driniaeth laser wedi cael poen oherwydd disg chwyddedig, nad oedd wedi'i achosi gan haint (aseptic discitis). O blith y rhain, roedd angen triniaeth steroid mewn ysbyty ar ddau glaf am hyd at dridiau a chafodd dau arall eu trin drwy orffwys a phoenladdwyr.

Gwelwyd disg chwyddedig a achoswyd gan haint (septic discitis) mewn dau glaf yn yr astudiaeth o 518 o gleifion. Cafodd y ddau eu trin â gwrthfotigau am chwe wythnos.

Mewn un astudiaeth, gwelwyd math o niwed i'r esgyrn (a elwir yn osteonecrosis) yn y fertebrau mewn 4 allan o 182 o gleifion. Roedd angen llawdriniaeth ar gyfer poen cefn ar un o'r cleifion hyn, a oedd yn well flwyddyn ar ôl y driniaeth laser gychwynnol, a chafodd tri chlaf driniaeth llai ymwithiol a leddfodd y boen ddwy flynedd ar ôl y driniaeth gychwynnol.

Edrychodd un astudiaeth ar 10 claf yr oedd angen llawdriniaethau pellach arnynt ar ôl y driniaeth laser. Nododd fod pob un o'r cleifion wedi cael niwed gwres i'w hasgwrn cefn (a elwir yn necrosis y celloedd a achosir gan wres) a masau chwyddedig yn cywasgu gwreiddiau'r nerfau ac yn glynu wrthynt.

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 fod twll yn y coluddyn wedi'i ddisgrifio mewn rhai astudiaethau. Mewn theori, gall problemau eraill gynnwys rhwygiadau yn y feinwe sy'n gorchuddio llinyn y cefn, niwed gan wres, disg yn chwyddo eto, niwed i'r nerfau, haint, fertebrau yn ymgwmpo, lleihad yn uchder y disg a chreithiau o amgylch y nerfau.

Rhagor o wybodaeth am ddisgiau wedi'u niweidio yn y meingefn

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. I gael manylion am holl ganllawiau NICE ar ddisgiau wedi'u niweidio yn y meingefn, 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 mae'n gwneud penderfyniadau, ewch i www.nice.org.uk/aboutguidance

Mae'r daflen hon yn ymwneud ag 'abladiad mewnddisgol â laser drwy'r croen ym meingefn yr asgwrn cefn'. Mae'r daflen hon a'r canllawiau llawn a anelir at weithwyr gofal iechyd proffesiynol ar gael yn www.nice.org.uk/guidance/HTG230

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 978-1-4731-8205-9

N2345 1P September 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.