Dyddiad cyhoeddi Mai 2011

Deall canllawiau NICE

Gwybodaeth i bobl sy'n defnyddio gwasanaethau'r GIG

NHS

National Institute for Health and Clinical Excellence

Trin problem baeddu drwy ysgogi nerf y tibia yn agos i'r ffêr

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 triniaeth ysgogi nerf y tibia yn agos i'r ffêr yn y GIG i drin pobl â phroblem baeddu. Mae'n egluro'r canllawiau (cyngor) gan NICE (y Sefydliad Cenedlaethol dros Iechyd a Rhagoriaeth Glinigol).

Mae'r arweiniad Techlechyd 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'n 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.

Mae NICE wedi paratoi'r canllawiau hyn gan fod y driniaeth yn eithaf newydd. Mae hyn yn golygu nad oes llawer o wybodaeth hyd yma am ba mor dda 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 baeddu na'r driniaeth yn fanwl – dylai aelod o'ch tîm gofal iechyd hefyd roi gwybodaeth lawn a chyngor i chi am hynny. 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?

Er bod tystiolaeth i ddangos bod y driniaeth hon yn ymddangos yn ddiogel, mae ansicrwydd o hyd ynghylch pa mor dda y mae'n gweithio gan mai dim ond tystiolaeth am ba mor dda y mae'n gweithio yn y byrdymor, yn seiliedig ar nifer fach o gleifion, sydd ar gael. Os bydd meddyg am ddefnyddio'r driniaeth i drin problem baeddu, dylai sicrhau ei fod yn cymryd camau ychwanegol i egluro'r ansicrwydd ynghylch pa mor dda y mae'n gweithio, ynghyd â'r risgiau posibl. Dylai hyn ddigwydd cyn i'r claf gytuno (neu beidio â chytuno) i gael y 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 i fonitro'r hyn sy'n digwydd i'r claf ar ôl y driniaeth. Dim ond mewn unedau sy'n arbenigo mewn asesu a thrin problem baeddu sy'n gallu cynnig amrywiaeth o opsiynau o ran triniaeth y dylid cynnal y driniaeth hon.

Mae NICE wedi annog gwaith ymchwil pellach i ba mor dda y mae'r driniaeth hon yn gweithio yn yr hirdymor ac efallai y bydd yn edrych ar y driniaeth hon eto os daw rhagor o wybodaeth i'r amlwg.

Sylwadau eraill gan NICE

Gallai hon fod yn driniaeth syml a chymharol anymwthiol i drin problem baeddu a gwella ansawdd bywyd cleifion, cyhyd â bod ymchwil bellach yn dangos ei bod yn gweithio.

Roedd yr astudiaethau yr edrychodd NICE arnynt yn cynnwys cleifion yr oedd eu problemau baeddu yn cael eu hachosi gan lawer o bethau gwahanol, ac nid oedd eu symptomau baeddu yn achosi anabledd difrifol i bob un o'r cleifion.

Efallai nad hon yw'r unig driniaeth bosibl ar gyfer baeddu. Dylai eich tîm gofal iechyd siarad â chi ynghylch p'un a yw'n addas i chi a pha driniaethau eraill sydd ar gael.

Trin problem baeddu drwy ysgogi nerf y tibia yn agos i'r ffêr

Yr enw meddygol ar y driniaeth hon yw 'ysgogi nerf yn y tibia drwy'r croen ar gyfer problem baeddu'. Cyfeirir at hyn yn aml fel 'pericutaneous tibial nerve stimulation' neu PTNS yn Saesneg.

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

Mae baeddu yn digwydd pan fydd unigolyn yn colli'r gallu i reoli symudiadau'r coluddyn, gan arwain at ollwng ysgarthion yn anfwriadol. Gall baeddu gael ei achosi gan nifer o wahanol bethau. Gall achosi gofid a chael effaith ddifrifol ar fywyd bob dydd.

Fel arfer mae'r driniaeth gychwynnol ar gyfer baeddu yn cynnwys rheoli deiet a meddyginiaeth i atal dolur rhydd. Efallai y dilynir hyn drwy hyfforddiant cyhyrau llawr y pelfis a hyfforddiant sffincter yr anws. Os bydd y triniaethau hyn yn methu, efallai y bydd angen llawdriniaeth.

Yn y driniaeth newydd hon, gosodir nodwydd denau i mewn i nerf y tibia ychydig yn uwch na'r ffêr a gosodir electrod ar y droed. Caiff cerrynt trydanol gwan ei drosglwyddo drwy'r nodwydd i ysgogi nerf y tibia. Nid yw'n hysbys sut yn union y mae'r driniaeth yn gweithio. Fel arfer ceir teimladau goglais yn y ffêr, y droed neu fysedd y droed. Fel arfer mae'r driniaeth yn cynnwys 12 sesiwn 30 munud yr un fel claf allanol, tua unwaith yr wythnos, ond gellir ei hailadrodd fel y bo angen.

Beth mae hyn yn ei olygu i mi?

Os yw eich meddyg wedi cynnig y driniaeth hon i chi, dylai ddweud wrthych fod NICE wedi penderfynu er ei bod yn ymddangos yn ddiogel, mae ansicrwydd ynghylch pa mor dda y mae'n gweithio. Nid yw hyn yn golygu na ddylid cynnal y 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 chi gael y drafodaeth hon 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 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'r driniaeth wneud i mi deimlo'n waeth?
- A oes triniaethau eraill ar gael?
- Beth yw risgiau'r driniaeth?
- A yw'r risgiau'n fach neu'n ddifrifol? Pa mor debygol ydynt?
- 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

Ceir disgrifiad bras isod o rai o'r manteision a'r risgiau a welwyd yn yr astudiaethau a ystyriwyd gan NICE. Edrychodd NICE ar saith astudiaeth o'r driniaeth hon.

Pa mor dda mae'r driniaeth yn gweithio?

Mewn astudiaeth o 52 o gleifion a gafodd naill ai driniaeth PTNS neu driniaeth ffug (triniaeth blasebo), nododd yr 20 o gleifion a gafodd y driniaeth ffug na chafwyd gwelliant. O'r 32 a gafodd PTNS, nododd 17 ganlyniadau 'da', cafodd 10 ganlyniadau 'gweddol' a chafodd pump ganlyniadau 'gwael'. O'r 27 o gleifion a nododd eu bod wedi gweld gwelliant, roedd y symptomau wedi dychwelyd mewn wyth claf pan edrychwyd ar eu cynnydd 22 mis ar gyfartaledd ar ôl y driniaeth. Cafodd chwe chlaf driniaethau pellach, ond gwrthododd dau gael triniaeth bellach.

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 nod y driniaeth yw gwelliant parhaus o ran y broblem baeddu, a fesurir fel gostyngiad yn nifer yr achosion o faeddu bob wythnos, ac ansawdd bywyd.

Risgiau a phroblemau posibl

Nododd astudiaeth o 22 o gleifion y cafodd dau glaf boen stumog a barodd am nifer o oriau, a ddigwyddodd ddwy i dair awr ar ôl y driniaeth. Cafodd un claf diffrwythder yn ei goes a barodd am ddwy awr. Mewn astudiaeth wahanol o 13 o gleifion, rhoddodd un claf y gorau i'r driniaeth ar ôl saith wythnos am fod ei goes wedi chwyddo ac yn boenus. Mewn astudiaeth o 30 o gleifion, nodwyd y cafwyd anesmwythder neu wayw dros dro neu gochni a chwyddo lle y gosodwyd y nodwyddau, yn ogystal â diffrwythder dros dro ym mysedd

y traed, ond ni nododd yr astudiaeth faint o gleifion a gafodd eu heffeithio.

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 cleisio difrifol a niwed i'r nerfau ymysg y cymhlethdodau posibl.

Rhagor o wybodaeth am broblemau baeddu

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 am holl ganllawiau NICE ar broblemau baeddu, ewch i'n gwefan yn www.nice.org.uk

NICE

Mae NICE yn llunio canllawiau (cyngor) i'r GIG ar 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 holi 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 y mae'n gwneud penderfyniadau, ewch i www.nice.org.uk/aboutguidance

Mae'r daflen hon yn ymwneud ag 'Ysgogi nerf yn y tibia drwy'r croen ar gyfer problem baeddu'. Mae'r daflen hon a'r canllawiau llawn a anelir at weithwyr gofal iechyd proffesiynol ar gael yn www.nice.org.uk/guidance/HTG263

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 978-1-4731-8434-3
N2548 1P May 11

© National Institute for Health and Clinical Excellence, 2011. 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.