Dyddiad cyhoeddi Medi 2011

Deall canllawiau NICE

Gwybodaeth i bobl sy'n defnyddio gwasanaethau'r GIG

National Institute for Health and Clinical Excellence

Trin syndrom gwrthdaro clun â llawdriniaeth arthrosgopig

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 llawdriniaeth arthrosgopig (defnyddio telesgop tenau) yn y GIG i drin pobl â syndrom gwrthdaro clun. 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 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 syndrom gwrthdaro clun 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 6.

Corporate member of Plain English Campaign. 197 Committed to clearer communication.

Beth mae NICE wedi'i ddweud?

Gellir cynnig y driniaeth hon fel opsiwn i drin pobl â syndrom gwrthdaro clun, cyn belled â bod meddygon yn siŵr:

- bod y claf yn deall beth y mae'n ei chynnwys, ei fod yn ymwybodol o'r cymhlethdodau difrifol hysbys, a'i fod yn cytuno i gael y driniaeth gan wybod bod tystiolaeth yn dangos mai dim ond yn y byrdymor a'r tymor canolig y mae'n lleddfu symptomau, ac
- y caiff canlyniadau'r driniaeth eu monitro.

Dim ond llawfeddygon â gwybodaeth arbenigol ym maes llawdriniaeth arthrosgopig y glun a ddylai gynnal y driniaeth hon.

Mae NICE yn argymell y dylid casglu rhagor o ymchwil a gwybodaeth am y driniaeth hon ar gyfer trin syndrom gwrthdaro clun. Dylai astudiaethau ymchwil ganolbwyntio ar benderfynu pa gleifion ddylai gael y driniaeth hon ac ar ganlyniadau hirdymor.

Sylwadau eraill gan NICE

Er bod y dystiolaeth ynghylch y driniaeth hon yn ddigonol, byddai ymchwil pellach yn ei chymharu â thriniaethau eraill yn ddefnyddiol.

Efallai nad dyma fydd yr unig driniaeth bosibl ar gyfer syndrom gwrthdaro clun. Dylai eich tîm gofal iechyd siarad â chi ynghylch p'un a yw'n addas i chi a pha driniaethau eraill sydd ar gael.

Llawdriniaeth athrosgopig ar gyfer syndrom gwrthdaro clun

Yr enw meddygol ar y driniaeth hon yw 'llawdriniaeth glunol-asetabwlaidd arthrosgopig ar gyfer syndrom gwrthdaro clun'.

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

Achosir syndrom gwrthdaro clun gan gyswllt diangen rhwng pen asgwrn y glun a soced y glun. Mae hyn yn gwneud i'r glun 'glicio', yn cyfyngu ar ei symudiad ac yn achosi poen, a allai fod yn waeth pan fo'r glun wedi plygu neu ar ôl eistedd am amser hir. Gall y cyflwr gael ei achosi os bydd pen neu wddf asgwrn y glun neu soced y glun o siâp anarferol. Fel arfer caiff syndrom gwrthdaro clun ei reoli gan newidiadau i ffordd o fyw a thriniaeth â meddyginiaethau. Efallai y cynigir llawdriniaeth i osod clun newydd i gleifion sydd wedi datblygu arthritis y glun.

Nod llawdriniaeth arthrosgopig cymal y glun yw lleihau poen a gwella amrediad symudiadau cymal y glun.

Tra bod y claf o dan anesthetig cyffredinol, gosodir telesgop tenau (arthrosgop) i mewn i gymal y glun drwy doriad bach yn y croen. Yna bydd y llawfeddyg yn gwneud toriadau eraill ac yn defnyddio offer i dynnu rhywfaint o'r cartilag a/neu'r asgwrn er mwyn ailsiapio arwynebau'r cymal.

Beth mae hyn yn ei olygu i mi?

Mae NICE wedi penderfynu bod y driniaeth yn gweithio'n ddigon da i gael ei defnyddio yn y GIG, ond bod risgiau hysbys difrifol. Os yw eich meddyg o'r farn bod llawdriniaeth arthrosgopig cymal y glun ar gyfer syndrom gwrthdaro clun yn driniaeth addas i chi, dylai sicrhau o hyd eich bod yn deall y manteision a'r risgiau 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'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 llawdriniaeth?
- Beth sy'n digwydd os aiff rhywbeth o'i le?
- Beth allai ddigwydd os na chaf y driniaeth?

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 naw astudiaeth o'r driniaeth hon.

Pa mor dda mae'r driniaeth yn gweithio?

Edrychodd astudiaeth ar 75 o gluniau mewn cleifion a gafodd y driniaeth. Atgyweiriwyd y labrwm (modrwy o gartilag o amgylch cwpan cymal y glun) mewn 36 ohonynt, a thynnwyd y rhan o'r labrwm a oedd wedi'i niweidio mewn 39 ohonynt. Gwellodd symptomau'r cleifion yn y ddau grŵp, ond roedd sgoriau cluniau'r grŵp a gafodd y driniaeth atgyweirio yn well ar ôl blwyddyn.

Nododd astudiaeth o 200 o gleifion welliant cyfartalog o 20 pwynt (ar raddfa o 0 i 100) yn y sgoriau cluniau ar ôl 16 mis ar gyfartaledd. Roedd angen gosod clun newydd ar un claf ar ôl 8 mis oherwydd poen parhaus.

Nododd astudiaeth o 112 o gleifion welliant o ran sgôr bywyd o ddydd i ddydd a sgôr gweithgareddau chwaraeon 2.3 blynedd ar ôl y driniaeth.

Mewn astudiaeth arall, roedd 85 allan o 110 o gleifion yn fodlon neu'n fodlon iawn ar eu triniaeth 10 mis ar ôl y driniaeth. Yn glinigol roedd gwelliant sylweddol o ran plyg (ongl) pen-gwddf y forddwyd.

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 ffactorau llwyddiant allweddol oedd lleddfu poen ac atal y cyflwr rhag datblygu i osteoarthritis.

Risgiau a phroblemau posibl

Torrwyd asgwrn tri chlaf allan o 283 (dwy astudiaeth). Ni chafwyd unrhyw niwed i'r glun o ganlyniad i ddatgymalu ar ôl y driniaeth mewn

astudiaeth o 97 o gleifion. Fodd bynnag, cafwyd adroddiad achos ar glaf arall a oedd angen triniaeth fawr bellach.

O blith cyfanswm o 310 o gleifion, cafodd dau niwrapracsia (gwendid dros dro a achosir gan niwed i'r nerf) a wellodd ar ei ben ei hun o fewn ychydig fisoedd.

Yn yr astudiaeth o 75 o gluniau, 19 mis ar ôl y driniaeth ni chafwyd yr un achos o'r asgwrn yn ffurfio'n annormal yn y cyhyrau o amgylch y cymal (a elwir yn asgwrneiddiad heterotopig) ymhlith y cleifion a gafodd driniaeth i atgyweirio eu labrwm, o gymharu â thri chlaf a gafodd driniaeth i dynnu'r rhan o'r labrwm a oedd wedi'i niweidio. Nodwyd un achos o asgwrneiddiad heterotopig yn yr astudiaeth o 200 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 feddygaeth. Dywedodd y cynghorwyr fod problemau'n cynnwys anaf i'r ardal genhedlol, niwed i'r nerfau, haint, datgymalu'r glun, gwaedu a'r offer yn torri yn ystod y driniaeth. Mewn egwyddor, gellid achosi niwed i'r cartilag.

Rhagor o wybodaeth am syndrom gwrthdaro clun

Gall NHS Choices (www.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 syndrom gwrthdaro clun, 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 mae'n gwneud penderfyniadau, ewch i www.nice.org.uk/aboutguidance

Mae'r daflen hon yn ymwneud â 'llawdriniaeth glunol-asetabwlaidd arthrosgopig ar gyfer syndrom gwrthdaro clun'. Mae'r daflen hon a'r canllawiau llawn a anelir at weithwyr gofal iechyd proffesiynol ar gael yn www.nice.org.uk/guidance/HTG273

Gallwch archebu copïau wedi'u hargraffu o'r daflen hon gan adran gyhoeddiadau NICE (ffoniwch 0845 003 7783 neu anfonwch neges e-bost i publications@nice.org.uk a dyfynnwch y cyfeirnod N2605). Mae gan wefan NICE wasanaeth darllen sgrîn a elwir yn Browsealoud sy'n eich galluogi i wrando ar ein canllawiau. Cliciwch ar logo Browsealoud ar wefan NICE i ddefnyddio'r gwasanaeth hwn.

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.

Y Sefydliad Cenedlaethol dros Iechyd a Rhagoriaeth Glinigol

MidCity Place, 71 High Holborn, London, WC1V 6NA; www.nice.org.uk

ISBN 978-1-4731-8459-6

N2605 POD 1P Medi 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.