

Therapi pwysedd aer ar gyfer clefyd Ménière sy'n anodd ei drin

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

Mae'r daflen hon yn ymwneud â phryd a sut y gellir defnyddio therapi pwysedd aer yn y GIG i drin pobl â chlefyd Ménière sy'n anodd ei drin. Mae'n egluro'r canllawiau (cyngor) gan NICE (y Sefydliad Cenedlaethol dros lechyd 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 gyrrff 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 ar gael hyd yma am ba mor dda y mae'n gweithio, pa mor ddiogel ydyw a pha gleifion fydd yn cael y budd mwyaf ohoni.

Ysgrifennwyd y ddogfen 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 clefyd Ménière 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 ddogfen yn cynnwys rhai cwestiynau efallai y byddwch am eu gofyn i'ch meddyg i'ch helpu i ddod i benderfyniad. Ceir rhai ffynonellau gwybodaeth a chymorth pellach ar dudalen 6.

Beth mae NICE wedi'i ddweud?

Prin yw'r dystiolaeth gadarn sy'n dangos pa mor ddiogel yw'r driniaeth hon a dim ond ychydig o dystiolaeth sydd ar gael o ran pa mor dda y mae'n gweithio. Os yw meddyg am ddefnyddio therapi pwysedd aer ar gyfer clefyd Ménière sy'n anodd ei drin, dylai sicrhau ei fod yn cymryd camau ychwanegol i egluro'r ansicrwydd ynglŷn â pha mor dda y mae'n gweithio, ynghyd â'r ansicrwydd sy'n gysylltiedig â risgiau posibl y driniaeth. Dylai hyn ddigwydd cyn i'r claf gytuno (neu beidio â chytuno) i gael y driniaeth. Dylid rhoi'r ddogfen 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.

Mae NICE wedi annog rhagor o ymchwil i therapi pwysedd aer ar gyfer clefyd Ménière sy'n anodd ei drin.

Sylwadau eraill gan NICE

Nododd NICE y gall pendro anablu rhai pobl yn sylweddol ac nad oes llawer o driniaethau dibynadwy ar gyfer pendro gronig (hirdymor) yn achos clefyd Ménière. Dywedodd NICE os gellid dangos bod therapi pwysedd aer yn gweithio, gallai fod yn opsiwn defnyddiol i wella ansawdd bywyd rhai pobl â'r cyflwr.

Therapi pwysedd gwaed ar gyfer clefyd Ménière sy'n anodd ei drin

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

Yr enw meddygol ar y driniaeth hon yw 'therapi microbwysedd ar gyfer clefyd Ménière anhydrin'.

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

Anhwylder yw clefyd Ménière a achosir gan bwysedd cynyddol yn y glust fewnol a all effeithio ar glyw a chydbwysedd, sy'n gwaethygu dros amser. Gall effeithio ar un glust neu'r ddwy. Ymhlith y symptomau mae pendro, colli clyw a thinitws. Nod meddyginiaethau a/neu ddeiet sy'n cynnwys lefelau isel o halen yw trin symptomau (colli cydbwysedd a phendro fel arfer) ond os byddant yn aflwyddiannus, gellir defnyddio llawdriniaeth i leihau'r pwysedd yn y glust fewnol ac unioni problemau o ran cydbwysedd.

Nod therapi pwysedd aer yw lleihau'r pwysedd yn y glust fewnol, lleddfu symptomau ac osgoi'r angen am lawdriniaeth mwy ymwithiol.

Gan ddefnyddio naill ai anesthetig lleol neu gyffredinol, caiff gromed (tiwb bach) ei gosod ym mhilen y glust dan sylw. Sawl wythnos yn ddiweddarach, ar ôl gwneud yn siŵr nad yw'r gromed wedi'i blocio, mae'r claf yn gosod plwg arbennig yn y glust sydd wedi'i gysylltu â generadur pwysedd aer. Mae'r generadur wedyn yn gwyntyllu aer i mewn i'r glust deirgwaith am 60 eiliad y tro, gyda chyfnodau gorffwys o lai na munud rhyngddynt. Gwneir hyn gan y claf gartref, fel arfer deirgwaith y dydd. Mae'r driniaeth fel arfer yn para 4-6 wythnos ond gall bara'n hirach na hyn.

Beth mae hyn yn ei olygu i mi?

Os yw eich meddyg wedi cynnig therapi pwysedd aer i chi ar gyfer clefyd Ménière sy'n anodd ei drin, dylai ddweud wrthyfch fod NICE wedi penderfynu bod y manteision a'r risgiau'n ansicr. 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 ddogfen hon, a'r cyfle i drafod y driniaeth gyda'ch meddyg cyn i chi wneud penderfyniad.

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'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

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

Pa mor dda y mae'r driniaeth yn gweithio?

Mewn un astudiaeth, cafodd 40 o gleifion eu trin am hyd at wyth wythnos. Cafodd yr 20 o gleifion a gafodd eu trin â therapi pwysedd aer lai o byliau o bendro ar gyfartaledd na'r 20 o gleifion a gafodd eu trin â thriniaeth ffug yn ystod pedair wythnos olaf y driniaeth (1.9 o byliau o gymharu â phedwar).

Mewn astudiaeth o 36 o gleifion, gwelwyd nad oedd 25 ohonynt a arferai gael rhwng 81 a 120 o byliau o bendro bob chwe mis bellach yn cael unrhyw byliau o gwbl pan gawsant eu gweld ddwy flynedd ar ôl y driniaeth.

Mewn astudiaeth o 22 o gleifion, roedd 20 ohonynt wedi cael nifer sylweddol lai o byliau o bendro ar gyfartaledd ers i'r gromed gael ei gosod (o 9.22 i 1.28). Pan ddechreuwyd therapi pwysedd aer ar ôl 20 diwrnod yn achos 18 o'r cleifion hyn, gwelwyd nifer gyfartalog y pyliau o bendro yn lleihau o 9.22 i 1.67. Ar ôl 40 diwrnod, nid oedd unrhyw wahaniaeth sylweddol o ran nifer y pyliau o bendro rhwng cleifion nad oeddent ond wedi cael gromed wedi'i gosod a chleifion a oedd hefyd wedi cael therapi pwysedd aer.

Mewn astudiaeth o 37 o gleifion, dywedodd 27 o blith 34 o gleifion a gafodd eu gweld ar ôl dwy flynedd fod y driniaeth wedi bod yn fuddiol a'u bod yn gallu cyflawni tasgau a gwaith bob dydd yn well.

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 prif

nodau'r driniaeth yw lleihau amllder a difrifoldeb pyliau o bendro, gwella clyw, lleihau nifer yr achosion o dinitws a lleihau'r angen am driniaeth bellach.

Risgiau a phroblemau posibl

Yn yr astudiaeth o 37 o gleifion, datblygodd pump ohonynt haint y glust ganol. Rhoddwyd gwrthfotigau iddynt, gosodwyd gromed newydd yn lle'r hen un ac roeddent yn gallu parhau â'u triniaeth pwysedd aer.

Yn yr astudiaeth o 36 o gleifion, yn achos dau ohonynt roedd crown yn gollwng o'r glust yn syth ar ôl i'r gromed gael ei gosod.

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 posibl yn cynnwys crown yn gollwng o'r glust, yr angen i osod gromed newydd yn lle'r hen un os defnyddir gromed 'oes byr' a thyllau parhaus yn nhympan y glust os defnyddir gromed 'oes hir'. Dywedasant hefyd fod problemau eraill mewn egwyddor yn cynnwys haint yn y gromed, y gromed yn mynd ar goll yn y glust ganol, creithio tympan y glust a cholli clyw.

Rhagor o wybodaeth am glefyd Ménière

Gall NHS Choices (www.nhsdirect.wales.nhs.uk) fod yn lle 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 hefyd.

NICE

Mae NICE yn llunio canllawiau (cyngor) i'r GIG ar atal, canfod a thrin cyflyrau meddygol gwahanol. 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 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 ddogfen hon yn ymwneud â 'therapi microbwysedd ar gyfer clefyd Ménière anhydrin'. Mae'r ddogfen hon a'r canllawiau llawn a anelir at weithwyr gofal iechyd proffesiynol ar gael yn www.nice.org.uk/guidance/HTG285

Rydym yn annog sefydliadau gwirfoddol, sefydliadau'r GIG a chlinigwyr i ddefnyddio testun o'r ddogfen hon yn eu gwybodaeth eu hunain am y driniaeth hon.

National Institute for Health and Clinical Excellence

Level 1A, City Tower, Piccadilly Plaza, Manchester M1 4BT; www.nice.org.uk

ISBN 978-1-4731-8603-3

N2769 April 2012

© National Institute for Health and Clinical Excellence, 2012. 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.