

## **Trin llid y ffasegell wadnol drwy chwistrellu gwaed y claf ei hun i mewn i ardal boenus y droed**

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

Mae'r ddogfen hon yn ymwneud â phryd a sut y gellir chwistrellu gwaed claf ei hun i mewn i ardal boenus y droed yn y GIG i drin pobl â llid y ffasegell wadnol. Mae'n egluro'r canllawiau (cyngor) gan NICE (y Sefydliad Cenedlaethol dros Iechyd a Rhagoriaeth Glinigol).

Mae'r 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.

Mae NICE wedi paratoi'r canllawiau hyn gan fod y driniaeth a ddefnyddir ar gyfer pobl â llid y ffasegell wadnol yn eithaf newydd. Golyga hyn nad oes llawer o wybodaeth ar gael hyd yma am ba mor dda y mae'n gweithio 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 llid y ffasegell wadnol na'r driniaeth yn fanwl - dylai aelod o'ch tîm gofal iechyd roi'r wybodaeth 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 8.



## Beth mae NICE wedi'i ddweud?

Er bod tystiolaeth i ddangos bod y driniaeth yn ddiogel, ceir ansicrwydd o hyd o ran pa mor dda y mae'n gweithio. Os yw meddyg am drin llid y ffasgell wadnol drwy chwistrellu gwaed y claf ei hun i mewn i ardal boenus y droed, 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. 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 meddygon i ystyried gofyn i gleifion gymryd rhan mewn astudiaeth ymchwil (a elwir yn dreial clinigol) sy'n ystyried pa mor dda mae'r driniaeth hon yn gweithio o gymharu â thriniaethau eraill a ddefnyddir eisoes ar gyfer llid y ffasgell wadnol. Dylai ymchwil ddisgrifio pa gleifion y cynigir y driniaeth iddynt, am ba hyd y mae cleifion wedi cael symptomau ac unrhyw driniaethau eraill y maent wedi rhoi cynnig arnynt eisoes. Dylai'r ymchwil hefyd edrych ar ba mor dda y mae'r driniaeth yn lleihau poen claf ac yn gwella ei ddefnydd o'r droed dan sylw.

## Sylwadau eraill gan NICE

Fel arfer bydd llid y ffasgell wadnol yn mynd heb gael triniaeth, ac roedd hyn yn golygu ei bod yn anoddach dweud faint mae'r driniaeth wedi helpu cleifion. Ni wnaeth y triniaethau y cymharwyd â hwy helpu NICE i benderfynu a oedd y driniaeth hon yn gweithio, ac yn aml defnyddiwyd y driniaeth ar yr un pryd â thriniaethau eraill.

Dim ond ar gyfer cleifion sy'n dal i gael symptomau er gwaethaf

*Efallai nad hon yw'r  
unig driniaeth bosibl  
ar gyfer llid y ffasgell  
wadnol.*

*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 llid y ffasgell wadnol drwy chwistrellu gwaed y claf ei hun i mewn i ardal boenus y droed

Yr enw meddygol ar y driniaeth hon yw 'pigiad gwaed o'r un unigolyn ar gyfer llid y ffasgell wadnol'.

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

Mae llid y ffasgell wadnol yn digwydd pan fydd y meinweoedd rhwng y sawdl a chanol y droed yn llidio. Fel arfer, bydd hyn yn digwydd oherwydd gorddefnydd neu anaf, ac mae'n peri poen o dan y sawdl a gwadn y droed. Fel arfer, bydd llid y ffasgell wadnol yn gwella, naill ai ar ei ben ei hun neu drwy orffwys, meddyginiaeth wrthlidiol sy'n lleddfu poen, orthoteg (dyfeisiau cymorth), ffisiotherapi ac ymestyn. Os na fydd y rhain yn gweithio, gellir rhoi cynnig ar driniaethau eraill, fel pigiadau corticosteroidau, therapi siocdon allgorffol (lle caiff siocdonnau eu pasio drwy'r croen i'r ardal yr effeithiwyd arni) ac weithiau llawdriniaeth.

Gyda phigiad gwaed o'r un unigolyn, caiff swm bach o waed ei gymryd gan y claf a chaiff 2-3ml ei chwistrellu i mewn i'r ardal o amgylch y feinwe yr effeithiwyd arni. Weithiau caiff y gwaed ei wahanu'n gelloedd coch y gwaed a phlatennau (tameidiau o gelloedd sy'n cynhyrchu sylweddau o'r enw ffactorau twf) cyn chwistrellu 2-3ml o'r sampl sy'n cynnwys platennau yn bennaf. Fel arfer rhoddir anesthetig lleol i'r claf cyn y driniaeth. Gellir defnyddio sgan uwchsain i wneud yn siŵr bod y nodwydd yn y man cywir.

Y nod yw rhoi ffactorau twf ym meinweoedd y droed i hybu'r broses wella. Weithiau caiff triniaeth arall o'r enw 'pigiadau sych' ei chynnal i ddechrau, lle caiff nodwydd ei phasio dro ar ôl tro drwy'r feinwe i chwalu'r ffibrau ac achosi gwaedu. Weithiau caiff y pigiad ei roi drwy 'bupro' (rhoi'r nodwydd i mewn, chwistrellu rhywfaint o'r gwaed, tynnu'r nodwydd yn ôl ond nid yr holl ffordd allan o'r croen, ac yna gwrthio'r

nodwydd yn ôl i chwistrellu rhagor o waed mewn man ychydig yn wahanol). Dylid cynghori cleifion i osgoi gweithgareddau heriol (fel rhedeg) am hyd at bythefnos a gwneud ymarferion ymestyn. Gellir ailadrodd y driniaeth os oes angen.

## **Beth mae hyn yn ei olygu i mi?**

Os yw eich meddyg wedi cynnig trin llid y ffasegell wadnol drwy chwistrellu eich gwaed eich hun i mewn i ardal boenus y droed, dylai ddweud wrthyfch fod NICE wedi penderfynu, er bod y driniaeth yn ddiogel, bod 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 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?

*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 wyth astudiaeth o'r driniaeth hon.

## **Pa mor dda y mae'r driniaeth yn gweithio?**

Nododd tair astudiaeth (yn cynnwys 64, 45 a 100 o gleifion) fod y driniaeth a'r triniaethau eraill a astudiwyd wedi gwella poen neu dynerwch yn y droed neu pa mor ddau yr oedd y droed yn gweithio. Yn yr astudiaeth o 64 o gleifion, chwe mis ar ôl i'r cleifion gael eu trin gyda phigiad o'u gwaed eu hunain neu gyda phigiad corticosteroid, roedd y boen wedi gwella ar y cyfan yn y ddau grŵp. Nid oedd poen tri chlaf ym mhob grŵp wedi newid. Roedd tynerwch yn y droed wedi gwella yn y ddau grŵp.

Yn yr astudiaeth o 45 o gleifion, chwe mis ar ôl y driniaeth, nododd cleifion bod eu poen wedi gwella. Roedd y boen wedi lleihau mewn cleifion a gafodd eu trin gyda phigiad o'u gwaed eu hunain, mewn cleifion a gafodd eu trin â phigiad corticosteroid, ac mewn cleifion a gafodd eu trin drwy pupro. Roedd y droed yn gweithio'n well hefyd yn achos yr holl gleifion. Roedd angen i ddeg claf a gafodd eu trin gyda phigiad gwaed a saith claf a gafodd eu trin gyda'r dull pupro gael trydydd pigiad gwaed. O'r rheini a gafodd eu trin gyda phigiad corticosteroid, nid oedd angen trydydd pigiad ar yr un ohonynt.

Asesodd yr astudiaeth o 100 o gleifion pa mor dda roedd y droed yn gweithio a ph'un a oedd y boen wedi gwella. Roedd y canlyniadau chwe mis ar ôl y driniaeth yn 'ardderchog' neu'n 'dda' mewn 15 o gleifion a gafodd eu trin gyda phigiad o'u gwaed eu hunain, mewn 13 o gleifion a gafodd eu trin gydag anesthetig lleol a phupro, mewn 20 o gleifion a gafodd eu trin gyda phigiad corticosteroid, ac mewn 22 o gleifion a gafodd eu trin gyda phigiad corticosteroid a phupro.

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 oedd lleihau'r boen yn y sawdl a gwneud i'r droed weithio'n well.

### **Risgiau a phroblemau posibl**

Nododd yr astudiaeth o 64 o gleifion fod y pigiad yn boenus ym mhob achos. Ar ôl y weithdrefn, roedd angen i 16 o'r cleifion a gafodd eu trin gyda'u gwaed eu hunain a phedwar claf a gafodd eu trin gyda phigiad corticosteroid gael poenladdwyr, rhew neu'r ddau i helpu gyda'r boen. Ar gyfartaledd, roedd y boen yn para saith diwrnod i gleifion a gafodd eu trin gyda'u gwaed eu hunain, a phum diwrnod ar gyfer cleifion a gafodd eu trin gyda phigiad corticosteroid.

Ni nododd astudiaeth o 60 o gleifion a gafodd eu trin gyda phigiad o'u gwaed eu hunain neu bigiad corticosteroid ac astudiaeth o 25 o gleifion a gafodd eu trin gyda phigiadau o'u gwaed eu hunain unrhyw broblemau gyda'r 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 feddygaeth. Nododd y cynghorwyr bod problemau posibl gyda'r driniaeth yn cynnwys rhwygo'r feinwe gysylltiol, difrod i'r nerfau a'r pibellau gwaed o amgylch y feinwe gysylltiol, haint a chleisio.



## Rhagor o wybodaeth am lid y ffasgell wadnol

Gall NHS Choices ([www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)) fod yn lle da i gael gwybod mwy.

I gael manylion holl ganllawiau NICE ar lid y ffasgell wadnol ewch i'n gwefan yn [www.nice.org.uk/Guidance/Topic](http://www.nice.org.uk/Guidance/Topic)

### 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](http://www.nice.org.uk/aboutguidance)*

*Mae'r ddogfen hon yn ymwneud â 'phigiad gwaed o'r un unigolyn ar gyfer llid y ffasgell wadnol'. Mae'r ddogfen hon a'r canllawiau llawn a anelir at weithwyr gofal iechyd proffesiynol ar gael yn*

*<http://guidance.nice.org.uk/HTG298>*

*Mae gan wefan NICE wasanaeth darllen sgrin a elwir yn Browsealoud sy'n eich galluogi i wrando ar ein canllawiau. Cliciwch ar [Accessibility](#) ar waelod hafan NICE i ddefnyddio'r gwasanaeth hwn.*

*Rydym yn annog sefydliadau gwirfoddol, sefydliadau'r GIG a chlinigwyr i ddefnyddio testun o'r ddogfen hon yn eu gwybodaeth eu*

**National Institute for Health and Clinical Excellence**

Level 1A, City Tower, Piccadilly Plaza, Manchester M1 4BT; [www.nice.org.uk](http://www.nice.org.uk)

978-1-4731-8686-6

lonawr 13

© National Institute for Health and Clinical Excellence. 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.