

Dyddiad cyhoeddi Ebrill 2013

Gwybodaeth i'r cyhoedd

Trin meigryn cronig anodd ei drin drwy ysgogi nerfau yng nghefn y pen

*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 defnyddio'r broses o ysgogi nerfau yng nghefn y pen yn y GIG i drin pobl â meigryn cronig anodd ei drin. Mae'n egluro'r canllawiau (cyngor) gan NICE (y Sefydliad Cenedlaethol dros Iechyd a Gofal Clinigol).

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 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. Golyga hyn 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 meigryn na'r driniaeth yn fanwl - dylai aelod o'ch tîm gofal iechyd roi'r wybodaeth lawn a chynghori 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 9.

Beth mae NICE wedi'i ddweud?

Mae rhywfaint o dystiolaeth yn dangos bod y driniaeth hon yn gweithio'n dda yn y byrdymor, ond prin iawn yw'r dystiolaeth ynghylch yr hirdymor. Mae risg o gymhlethdodau, y gall fod angen llawdriniaeth bellach ar eu cyfer. Os yw meddyg am ddefnyddio'r driniaeth hon ar gyfer meigryn cronig 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 ag 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.

Dylai tîm gofal iechyd sy'n brofiadol mewn rheoli meigryn cronig benderfynu pa gleifion ddylai gael y driniaeth hon. Dylai'r tîm gynnwys arbenigwyr mewn cur pen, rheoli poen a niwrolawdriniaeth.

Mae NICE yn gofyn i feddygon anfon gwybodaeth am bawb a gaiff y llawdriniaeth a'r hyn sy'n digwydd iddynt wedyn i gronfa ddata Cofrestr Niwrofodiweiddio'r DU er mwyn gallu cadarnhau diogelwch y driniaeth a/neu pa mor dda y mae'n gweithio dros gyfnod o amser.

Mae cyhoeddi ymchwil bellach i ysgogi nerfau yng nghefn y pen ar gyfer meigryn cronig anodd ei drin wedi cael ei hyrwyddo gan NICE.

*Efallai nad hon yw'r
unig driniaeth bosibl
ar gyfer meigryn
cronig.
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 meigryn cronig anodd ei drin drwy ysgogi nerfau yng nghefn y pen

Yr enw meddygol ar y driniaeth hon yw 'ysgogi nerfau'r gwegil ar gyfer meigryn cronig anodd ei drin'.

Ystyr 'cronig' yw bod y boen yn para am gyfnod hir ac ystyr 'anodd ei drin' yw nad yw'n ymateb i driniaeth.

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

Cur pen difrifol yw meigryn a ddaw yn aml ochr yn ochr â symptomau eraill fel sensitifrwydd i olau a sŵn. Fel arfer, caiff ei drin gyda phoenladdwyr neu gyffuriau eraill ond os nad ydynt yn gweithio, mae opsiynau mwy ymwithiol yn cynnwys blociau nerfau (pigiadau o amgylch y nerfau i reoli'r boen), tocsin botwlinwm (Botox) neu aciwbgiad.

Mae'r driniaeth hon yn cynnwys ysgogi nerfau'r gwegil, sydd yng nghefn y pen, ar waelod y penglog, gan drydan. Y nod yw celu'r boen drwy greu teimlad gogleisiol.

Fel arfer, mae'r driniaeth yn cynnwys dau gam, er mai dim ond un cam a geir weithiau. Rhoddir anesthetig lleol i'r claf. Caiff gwifrau yn cynnwys electrodau eu mewnbllannu o dan y croen ar waelod y gwddf dros y nerf. Yna caiff y gwifrau eu cysylltu â dyfais a ddelir â llaw a elwir yn niwrosymbylydd, sy'n creu curiadau trydanol. Mae'r llawfeddyg yn troi'r niwrosymbylydd ymlaen ac yn sicrhau ei fod yn gweithio drwy ofyn i'r claf pa deimladau a gaiff. Yna caiff y gwifrau eu pwytho i'w lle o dan y croen. Bydd y claf yn defnyddio'r niwrosymbylydd i ysgogi'r nerfau pan fydd angen ac mae'n ei brofi dros sawl diwrnod. Os yw'r cyfnod prawf cychwynnol yn llwyddiannus, caiff niwrosymbylydd ei osod o dan y croen (o dan anesthetig cyffredinol), yn y frest neu'r abdomen (bol),

gyda gwifren yn rhedeg o dan y croen i'r electrodau. Mae'r claf yn defnyddio teclyn rheoli o bell i ysgogi'r nerfau pan fydd angen.

Beth mae hyn yn ei olygu i mi?

Os yw eich meddyg wedi cynnig y driniaeth hon i chi, dylai ddweud wrthyfch fod NICE wedi penderfynu bod y manteision a'r risgiau yn 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 dair astudiaeth o'r driniaeth hon.

Pa mor dda y mae'r driniaeth yn gweithio?

Cynhaliwyd tair astudiaeth i brofi a yw ysgogi'r nerfau yn gostwng nifer yr achosion o gur pen a gaiff cleifion a'u difrifoldeb.

Yn yr astudiaeth gyntaf, sgoriwyd 157 o gleifion allan o 200 yn seiliedig ar nifer y diwrnodau y cawsant gur pen a pha effaith a gafodd arnynt (roedd sgôr uchel yn golygu cur pen gwaeth). Roedd sgorau dri mis ar ôl cael y driniaeth wedi gostwng 65 o bwyntiau ar gyfer y 105 o gleifion a gafodd ysgogiad nerfau ond dim ond 20 o bwyntiau ar gyfer y 52 o gleifion a gafodd ysgogiad ffug (pan gafodd y ddyfais ei gosod ond ni chafodd ei throi ymlaen). Nid oedd gwahaniaeth mawr rhwng y grwpiau o ran cyfran y cleifion y gwnaeth eu poen leihau 50% neu fwy.

Mesurodd yr ail astudiaeth (o 67 o gleifion) 'ymateb', wedi'i ddiffinio naill ai bod nifer yr achosion o gur pen wedi gostwng 50% neu fwy, neu fod difrifoldeb y boen wedi gostwng o leiaf 3 pwynt (allan o 10). Roedd 11 o'r 28 o gleifion a gafodd ysgogiad nerfau, 1 o'r 16 o gleifion a gafodd ysgogiad ffug, a dim o'r 17 o gleifion a gafodd eu trin gyda phoenladdwyr neu gyffuriau eraill wedi ymateb pan gawsant eu harchwilio ar ôl tri mis.

Yn y drydedd astudiaeth, roedd pob un o'r 25 o gleifion wedi cael ysgogiad nerfau. Ar ddechrau'r astudiaeth, roedd cleifion yn cael 76 o achosion o gur pen bob 90 diwrnod ar gyfartaledd ac roeddent yn

graddio difrifoldeb y cur pen yn 9 allan o 10. Ar ôl triniaeth o 18 mis ar gyfartaledd, roedd hyn wedi gostwng i 38 o achosion o gur pen bob 90 diwrnod ar gyfartaledd a 6 allan o 10 o ran difrifoldeb.

Yn ogystal ag ystyried yr astudiaethau hyn, gofynnodd NICE am farn cynghorwyr arbenigol hefyd. Gwnaethant ddweud mai'r ffactorau llwyddiant oedd gostyngiad yn: nifer y diwrnodau lle ceir meigryn neu gur pen, difrifoldeb y cur pen, pa mor aml ac am ba hyd maent yn para, i ba raddau maent yn anablu a'r defnydd o feddyginiaeth; a gwelliant yn ansawdd bywyd cleifion.

Risgiau a phroblemau posibl

Allan o gyfanswm o 208 o gleifion mewn dwy astudiaeth, roedd 14 wedi cael heintiau lle roedd y ddyfais wedi'i gosod. Yn yr astudiaeth o 157 o gleifion, ar ôl tri mis canfuwyd bod y gwifrau wedi torri drwy'r croen yn achos 6 chlaf.

O fewn 18 mis, roedd y gwifrau wedi symud allan o'u lle yn achos 41 o gleifion allan o 227 o gleifion o 3 astudiaeth - digwyddodd hyn o fewn tri mis yn achos 32 o'r cleifion.

Cafodd chwe chlaf allan o 51 o gleifion mewn un astudiaeth problemau wrth raglennu'r ddyfais a chafodd dau glaf problemau gyda'r gwifrau.

Yn yr astudiaeth o 157 o gleifion, cafodd 23 boen neu ddiffwrwythder cyson lle roedd y ddyfais neu'r gwifrau wedi'u mewnlannu a chollodd un claf a gafodd ysgogiad nerfau reolaeth echddygol neu gyhyrysgerbydol (fel na allent reoli faint roedd eu corff yn symud).

Yn yr un astudiaeth, dywedodd chwe chlaf a gafodd ysgogiad nerfau ac un a gafodd ysgogiad ffug eu bod wedi profi ysgogiad er nad oedd y niwrosymbylydd ymlaen.

Yn ogystal ag ystyried yr astudiaethau hyn, gofynnodd NICE am farn cynghorwyr arbenigol hefyd. Gwnaethant nodi, mewn egwyddor, bod

pethau a allai fynd o chwith yn cynnwys gwaedu, niwed i'r nerfau a bod y wifren yn torri.

Rhagor o wybodaeth am meigryn

Gall NHS Choices (www.nhsdirect.wales.nhs.uk) fod yn fan da i gael gwybod mwy.

I gael manylion holl ganllawiau NICE ar feigryn, ewch i'n gwefan yn www.nice.org.uk

NICE

Mae NICE yn darparu canllawiau a chynghor cenedlaethol i wella iechyd a gofal cymdeithasol. Ysgrifennir canllawiau ymyriadau gan arbenigwyr annibynnol gan gynnwys gweithwyr gofal iechyd proffesiynol a phobl sy'n cynrychioli cleifion a gofawyr. 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 ag 'ysgogi nerfau'r gwegil ar gyfer meigryn cronig anodd ei drin'. Mae'r ddogfen hon a'r canllawiau llawn a anelir at weithwyr gofal iechyd proffesiynol ar gael yn <http://guidance.nice.org.uk/HTG310>

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 Care Excellence

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

ISBN 978-1-4731-8853-2

N2919 April 2013

© National Institute for Health and Care Excellence, 2013. 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.