NICE National Institute for Health and Care Excellence

Dyfeisiau profi yn y cartref er mwyn diagnosio syndrom apnoea hypopneoa rhwystrol wrth gysgu

19 Rhagfyr 2024

Pobl 16 oed neu'n hŷn

Mae NICE wedi dweud y gellir defnyddio'r dyfeisiau profi yn y cartref canlynol i ddiagnosio ac asesu difrifoldeb syndrom apnoea hypopneoa rhwystrol wrth gysgu (OSAHS) mewn pobl 16 oed a throsodd:

- AcuPebble SA100
- Sunrise
- WatchPAT 300
- WatchPAT ONE.

Mae angen gwneud mwy o waith ymchwil ar ddyfais profi yn y cartref Brizzy yn y grŵp oedran hwn.

Pobl o dan 16 oed

Mae angen gwneud mwy o waith ymchwil ar y dyfeisiau profi yn y cartref canlynol i ddiagnosio ac asesu difrifoldeb OSAHS mewn pobl o dan 16 oed:

- Brizzy
- Sunrise
- WatchPAT 300
- WatchPAT ONE.

Sut mae'r dyfeisiau'n gweithio

Dyluniwyd dyfeisiau profi yn y cartref ar gyfer OSAHS i fod yn fwy cyfforddus ac yn haws i'w defnyddio nag ocsimesuryddion yn y cartref a systemau polygraffeg anadlol yn y cartref. Cânt eu gwisgo gartref dros nos i weld a oes gennych OSAHS a pha mor ddifrifol ydyw. Mae'n bosibl y byddant yn well am

ddiagnosio OSAHS na phrofion eraill am eu bod yn galluogi noson o gwsg mwy naturiol.

Mae dwy ddyfais yn cael eu rhoi ar y bys (WatchPAT 300 a WatchPAT ONE), 1 yn cael ei roi ar y gwddf (AcuPebble SA100), 1 ar yr ên (Sunrise) ac 1 ar yr ên a'r talcen (Brizzy). Os oes blew yn y man y rhoddir y ddyfais, yna bydd angen cael gwared arno. Dylai eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol ddewis dyfais sy'n cael ei rhoi mewn man sy'n dderbyniol i chi.

A yw'r driniaeth hon yn addas i mi?

Dylai eich gweithwyr gofal iechyd proffesiynol roi gwybodaeth glir i chi, trafod eich opsiynau â chi a gwrando'n ofalus ar eich barn a'ch pryderon. Gall eich teulu fod yn rhan o'r broses hefyd, os byddwch yn dymuno. Darllenwch ragor am wneud penderfyniadau am eich gofal.

Cwestiynau i feddwl amdanynt

- Pa mor dda y mae'n gweithio o gymharu â phrofion eraill?
- Beth yw'r risgiau neu'r sgil-effeithiau? Pa mor debygol ydynt?
- Beth fydd yn digwydd os na fyddaf am gael y prawf?
- Faint fydd y prawf yn ei gymryd?
- Sut y byddaf yn cael canlyniadau'r prawf? A fydd apwyntiad dilynol?

Gwybodaeth a chymorth

Gall tudalen we y GIG ar apnoea cwsg fod yn lle da i gael gwybod mwy.

Gall y sefydliadau hyn roi cyngor a chymorth i chi:

- Sleep Apnoea Trust, info@sleep-apnoea-trust.org, 0800 025 3500
- The Sleep Charity, info@thesleepcharity.org.uk

Gallwch hefyd gael cymorth gan eich tîm Healthwatch lleol.

Nid yw NICE yn gyfrifol am ansawdd na chywirdeb unrhyw wybodaeth neu gyngor a roddir gan y sefydliadau hyn.

NICE National Institute for Health and Care Excellence

© **NICE 2025**. All rights reserved. Subject to Notice of rights.

ISBN: 978-1-4731-7436-8