

## **Canser y fron cynnar a datblygedig yn lleol**

18 Gorffennaf 2018

### ***Canser y fron cynnar a datblygedig yn lleol: y gofal y dylech ei ddisgwyl***

Canser y fron yw'r math mwyaf cyffredin o ganser yn y DU. Mae dros 60,000 o bobl yn cael diagnosis o ganser y fron bob blwyddyn. Mae canser y fron yn llawer mwy cyffredin mewn menywod, ond mae dros 300 o ddynion yn y DU yn cael diagnosis bob blwyddyn.

Gelwir canser y fron yn 'gynnar' os yw yn y fron, neu yn y fron a'r nodau lymff yn y gesail, ac nad yw wedi lledaenu i rannau eraill o'r corff. Os bydd y canser mewn rhan fawr o'r fron ac mewn sawl nod lymff neu feinweoedd eraill gerllaw, gelwir ef yn 'ddatblygedig yn lleol'.

Mae sawl math gwahanol o ganser y fron, ac mae'r driniaeth gywir yn wahanol i bob person. Rydym am sicrhau y bydd y canllaw hwn yn gwneud gwahaniaeth i bobl drwy sicrhau'r canlynol:

- os bydd eich tîm gofal yn credu y gallai fod gennych ganser y fron, eu bod yn cadarnhau hyn yn gyflym ac yn dysgu popeth a allant amdano er mwyn eu helpu i gynnig y driniaeth orau i chi
- eich bod yn gwybod pa driniaethau sydd ar gael, a'ch bod yn cael gwybodaeth dda a chytbwys, a help i geisio canfod beth fyddai'n well gennych
- os byddwch yn cael mastectomi (llawdriniaeth i dynnu eich bron), bod eich tîm gofal yn siarad â chi am yr opsiwn o ailffurfio'r fron ar adeg eich llawdriniaeth canser os bydd hyn yn addas i chi
- eich bod yn cael help i ddelio ag effeithiau triniaeth canser y fron, a chyngor ynglŷn â sut y gall ffordd iach o fyw leihau'r risg y bydd y canser yn dychwelyd

- bod eich tîm gofal yn siarad â chi am y rhesymau o blaid ac yn erbyn meddyginiaethau gwahanol er mwyn helpu i atal y canser rhag dychwelyd, os byddant yn addas i chi, er enghraifft:
  - parhau i gymryd tamoxifen, os ydych yn ei gymryd yn barod ac nad ydych wedi bod drwy'r menapos
  - cyfnewid i atalydd aromatase, os ydych wedi bod drwy'r menapos ac rydych eisoes wedi cymryd tamoxifen
  - cymryd meddyginiaeth asgwrn a elwir yn bisphosphate os ydych wedi bod drwy'r menapos.

### ***Gwneud penderfyniadau gyda'ch gilydd***

Caiff y penderfyniadau gorau ynglŷn â thriniaeth a gofal eu gwneud ar y cyd. Dylai eich gweithwyr iechyd proffesiynol roi gwybodaeth glir i chi – gan gynnwys y rhesymau o blaid ac yn erbyn cael llawdriniaeth – a siarad â chi am eich opsiynau. Dylent wrando'n ofalus ar eich barn a'ch pryderon.

Er mwyn eich helpu i wneud penderfyniadau, ystyriwch:

- Beth sydd bwysicaf i chi – beth rydych am ei gael allan o unrhyw driniaeth?
- Beth sy'n eich pryderu fwyaf – a oes risgiau neu anfanteision i'r driniaeth sy'n peri mwy o bryder i chi na rhai eraill?
- Sut y bydd y driniaeth yn effeithio ar eich bywyd o ddydd i ddydd?
- Beth fydd yn digwydd os nad ydych am gael triniaeth?

Os na allwch ddeall y wybodaeth a roddir i chi, dwedwch hynny wrth eich gweithiwr iechyd proffesiynol.

Darllenwch ragor am [wneud penderfyniadau am eich gofal](#).

### ***Ble y gallaf gael rhagor o wybodaeth?***

Mae gan NHS Choices ragor o wybodaeth am [ganser y fron mewn menywod](#) a [dynion](#).

Mae [hwb Live Well](#) NHS Choices yn cynnwys manylion am apiau a gwefannau sy'n cynnwys mwy na 100 o bynciau sy'n trafod ffyrdd iach o fyw.

Gall y sefydliadau isod hefyd roi rhagor o gyngor a chefnogaeth i chi:

- [Gofal Canser y Fron](#), 0808 800 6000
- [Breast Cancer Now](#), 0333 20 70 300
- [Ymchwil Canser y DU](#), 0808 800 4040
- [Cymorth Canser Macmillan](#), 0808 808 00 00

Nid yw NICE yn gyfrifol am gynnwys y gwefannau hyn.

I rannu profiad o ofal rydych wedi'i gael, cysylltwch â'ch grŵp [Gwarchod Iechyd](#) lleol.

Gwnaethom ysgrifennu'r canllaw hwn gyda phobl y mae canser y fron cynnar a datblygedig yn lleol wedi effeithio arnynt a staff sy'n eu trin a'u cefnogi. Mae'r holl benderfyniadau yn seiliedig ar yr ymchwil orau sydd ar gael.

ISBN: 978-1-4731-3009-8