

Tab gwybodaeth i gleifion ar gyfer methiant cronig y galon

Methiant cronig y galon: y gofal y dylech ei ddisgwyl

Mae methiant y galon yn golygu nad yw'r galon yn pwmpio gwaed o amgylch y corff mor dda ag sydd ei angen (nid yw'n golygu nad yw'r galon yn gweithio mwyach).

Mae'n effeithio ar bobl hŷn fel arfer ond gall ddigwydd ar unrhyw oedran. Er y gall methiant y galon waethygu dros amser, gall y rhan fwyaf o bobl gael ansawdd bywyd da, yn enwedig os caiff y cyflwr ei drin yn gynnar. Mae bron i filiwn o bobl yn y DU yn byw gyda methiant y galon.

Rydym am sicrhau y bydd y canllaw hwn yn gwneud gwahaniaeth i bobl â methiant y galon drwy sicrhau'r canlynol:

- bod eich meddyg teulu yn cynnig rhai archwiliadau a phrawf gwaed i chi oes gennych symptomau a all fod yn fethiant y galon i weld pa mor dda y mae eich calon yn gweithio
- y cewch eich atgyfeirio at dîm methiant y galon arbenigol os bydd eich prawf gwaed yn dangos y gallai fod gennych fethiant y galon
- bod eich tîm gofal yn egluro methiant y galon mewn ffordd agored a sensitif, yn eich helpu i ddeall y cyflwr a'r driniaeth ac yn rhoi mwy o wybodaeth i chi pryd bynnag y bydd ei angen arnoch
- y cynigir y meddyginiaethau cywir i chi i reoli eich symptomau, gwella eich ansawdd bywyd a'ch helpu i fyw yn hirach
- bod eich tîm gofal yn cytuno ar gynllun gofal â chi ynglŷn â sut i reoli methiant y galon, ac yn rhoi copi i chi ac unrhyw un sy'n rhan o'ch gofal
- y cynigir rhaglen ymarfer corff bersonol, gwybodaeth a chymorth sydd wedi'u dylunio ar gyfer eich anghenion corfforol, emosiynol a seicolegol, sef adsefydlu cardiaidd.

Gwneud penderfyniadau gyda'ch gilydd

Caiff y penderfyniadau gorau ynglŷn â thriniaeth a gofal eu gwneud ar y cyd. Dylai eich gweithwyr gofal iechyd proffesiynol roi gwybodaeth glir i chi, trafod eich opsiynau â chi a gwranddo'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 o'ch triniaeth a'ch gofal?
- Beth sy'n eich pryderu fwyaf – a oes risgiau neu anfanteision i'ch triniaeth sy'n peri mwy o bryder i chi na rhai eraill?
- Sut y bydd y cyflwr a'i 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, dywedwch hynny wrth eich gweithiwr gofal 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 fethiant y galon.

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

- [Sefydliad Prydeinig y Galon](#), 0300 330 3311
- [Cardiomyopathy UK](#), 0800 018 1024
- [Sefydliad Pumping Marvellous](#), 01772 796542

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.

Lluniwyd y canllaw hwn ar y cyd â phobl y mae methiant y galon 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: 978-1-4731-3094-4