Defnyddio meddyginiaethau gwrthficrobaidd yn ddiogel ac yn ddoeth er mwyn trin heintiau

Awst 2015

Ynglŷn â'r wybodaeth hon

Mae canllawiau NICE yn rhoi cyngor ar y gofal a'r cymorth a ddylai gael eu cynnig i bobl sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd a gofal.

Mae'r wybodaeth hon yn esbonio'r cyngor ar ddefnyddio meddyginiaethau gwrthficrobaidd (a elwir hefyd yn wrthficrobiaid) yn ddiogel ac yn ddoeth a nodir yng nghanllaw NICE ar stiwardiaeth wrthficrobaidd.

A yw'r wybodaeth hon yn berthnasol i mi?

Ydy, mae'r wybodaeth hon yn berthnasol i bawb oherwydd bydd angen gwrthficrobiad ar bawb rywbryd yn ystod eu bywyd.

Pam mae angen cyngor ar wrthficrobiaid?

Gelwir meddyginiaethau a ddefnyddir i drin haint yn wrthficrobiaid. Maent yn cynnwys meddyginiaethau i drin heintiau bacterol (gwrthfiotigau), heintiau ffwngaidd, heintiau feirol a heintiau parasitig.

Mae gwrthfiotigau yn wrthficrobiaid a ddefnyddir yn eang i drin amrywiaeth o heintiau bacterol, gan gynnwys heintiau'r frest a heintiau'r wrin. Fe'u defnyddir hefyd er mwyn helpu i atal haint mewn pobl sy'n wynebu risg uwch am eu bod yn cael triniaeth ar gyfer canser neu lawdriniaeth.

Mae defnydd eang o wrthficrobiaid wedi'i gysylltu â microbau megis bacteria a feirysau yn newid ac yn datblygu ymwrthedd i driniaeth. Golyga hyn nad yw'r gwrthficrobiaid sydd gennym yn lladd pob microb mwyach a bod rhai yn goroesi i achosi heintiau hirbarhaol a difrifol. Gelwir hyn yn ymwrthedd i

wrthficrobiaid ac mae'r microbau sydd ag ymwrthedd yn aml yn cael eu galw'n 'super bugs'. Yn anffodus, mae'r cyflymdra rydym yn darganfod gwrthficrobiaid newydd (a fyddai'n fwy tebygol o reoli microbau ag ymwrthedd) wedi arafu yn ystod y blynyddoedd diwethaf. Os na fyddwn yn ofalus gallem fod yn wynebu sefyllfa lle nad yw'r gwrthficrobiaid sydd gennym yn atal llawer o heintiau.

Cwestiynau i'w gofyn am wrthficrobiaid

- Beth yw gwrthficrobiad?
- Beth yw gwrthfiotig? A yw gwrthfiotigau yn gweithio ar gyfer pob haint?
- Beth yw ymwrthedd i wrthficrobiaid?
- Rwyf wedi clywed am ficrobau (bygiau) yn datblygu ymwrthedd i wrthficrobiaid. A allai fy haint gael ei achosi gan fyg ag ymwrthedd?

Mae angen i ni ddefnyddio gwrthficrobiaid, yn arbennig gwrthfiotigau, yn ddiogel ac yn ddoeth er mwyn diogelu ein hiechyd ac iechyd cenedlaethau'r dyfodol.

Mae canllaw NICE ar ddefnyddio gwrthficrobiaid yn ddiogel ac yn ddoeth yn cynnig cyngor ar yr hyn y gall sefydliadau sy'n gyfrifol am iechyd a gwasanaethau gofal ei wneud i helpu, a sut y gall gweithwyr iechyd proffesiynol sy'n ysgrifennu presgripsiynau helpu. Mae hefyd yn cynnig cyngor ar yr hyn y dylai sefydliadau a grwpiau lleol sy'n gwneud penderfyniadau ynghylch meddyginiaethau (grwpiau gwneud penderfyniadau lleol) ei hystyried pan ddaw gwrthficrobiaid newydd ar gael.

Beth dylai sefydliadau ei wneud?

Mae NICE wedi dweud y dylai sefydliadau sy'n gyfrifol am wasanaethau iechyd a gofal fonitro ac adolygu'r ffordd y mae gwrthficrobiaid yn cael eu defnyddio ym mhob lleoliad, gan gynnwys y canlynol:

- ysbytai

- meddygfeydd
- gwasanaeth y tu allan i oriau
- practisau deintyddol.

Gallant wneud hyn drwy ddewis aelodau allweddol o staff i fonitro arferion rhagnodi gwrthficrobiaid ac ymwrthedd i wrthficrobiaid. Gall yr aelodau hyn o staff ffurfio tîm a elwir yn ‘dîm stiwardiaeth wrthficrobaidd’.

Dylai'r staff adolygu gwybodaeth am ba wrthficrobiaid sy'n cael eu rhagnodi a pha mor aml. Dylent hefyd adolygu gwybodaeth am pryd mae gwrthficrobiaid yn annhebygol o weithio fel triniaeth ar gyfer heintiau (ymwrthedd i ficrobiaid). Dylent roi adborth ar hyn i weithwyr iechyd proffesiynol sy'n rhagnodi gwrthficrobiaid a gweithio gyda hwy er mwyn ymchwilio i'r rhesymau pam mae gwrthficrobiaid yn cael eu rhagnodi yn fwy neu'n llai aml na'r disgwyl mewn rhai achosion. Dylai gweithwyr iechyd proffesiynol sy'n rhagnodi gwrthficrobiaid wybod pa mor bwysig yw defnyddio gwrthficrobiaid yn ddiogel ac yn ddoeth a dylai fod ganddynt y wybodaeth ddiweddaraf am sut i wneud hyn.

Mae NICE wedi dweud y dylai sefydliadau wneud y canlynol:

- defnyddio gwybodaeth am y modd y caiff gwrthficrobiaid eu rhagnodi a gwybodaeth am heintiau nad yw gwrthficrobiaid yn gweithio mwyach fel triniaeth ar eu cyfer (ymwrthedd i wrthficrobiaid) er mwyn datblygu cyngor (canllawiau lleol) ar drin heintiau yn yr ardal leol
- gwneud yn siŵr bod pawb sy'n rhagnodi gwrthficrobiaid yn gwybod am y canllawiau hyn a phan fydd unrhyw beth yn newid ynddynt.

Dylai fod gan sefydliadau drefniadau ar gyfer sicrhau bod pobl sy'n rhagnodi gwrthficrobiaid yn gwybod am y canlynol:

- ymwrthedd i wrthficrobiaid yn eu hardal leol
- y defnydd a wneir o wrthficrobiaid:
  - er mwyn trin pobl a dderbynnir i'r ysbyty â heintiau difrifol
  - er mwyn trin pobl ag adweithiau alergaidd difrifol

  – er mwyn trin pobl â heintiau a achoswyd gan y bacteria a elwir yn *Clostridium difficile*.

Cwestiynau i'w gofyn am sefydliadau

- Beth yw sefydliadau a beth maent yn ei wneud?
- Sut mae'r sefydliadau yn fy ardal yn gwneud yn siŵr eu bod yn defnyddio gwrthficrobiaid yn ddiogel ac yn ddoeth?

Cyfathrebu

Mae NICE wedi dweud y dylai sefydliadau sy'n gyfrifol am wasanaethau iechyd a gofal annog pobl i fod yn agored ynghylch y ffordd y defnyddir gwrthficrobiaid. Dylai sefydliadau hefyd herio'r ffordd y caiff gwrthficrobiaid eu rhagnodi pan fydd rhagnodwyr yn ysgrifennu presgripsiynau nad ydynt yn dilyn canllawiau heb roi rheswm dros hyn. Dylai sefydliadau annog a chefnogi gweithwyr iechyd proffesiynol ond i ragnodi gwrthficrobiaid pan fydd eu gwir angen i drin haint yn unig.

Dylent annog staff iechyd a gofal cymdeithasol i wneud y canlynol:

- rhannu'r hyn a wyddant am ddefnyddio gwrthficrobiaid yn ddiogel ac yn ddoeth
- gwneud yn siŵr bod cleifion yn gwybod na fydd atgyfeiriad at wasanaeth arall yn golygu, o reidrwydd, y rhagnodir gwrthficrobiad iddynt.

Beth dylai rhagnodwyr ei wneud?

Mae gan ragnodwyr (pobl sy'n ysgrifennu presgripsiynau ar gyfer meddyginiaethau) rôl bwysig i'w chwarae o ran gwneud yn siŵr y caiff gwrthficrobiaid eu defnyddio'n ddiogel ac yn ddoeth. Dylent ddilyn canllawiau ar hyn a rhagnodi gwrthficrobiad ar ddogn a fydd yn gweithio ac am y cyfnod byrraf posibl.

Cwestiynau i'w gofyn am ragnodwyr

- Pwy sy'n rhagnodwyr a beth maent yn ei wneud?
- Pwy allai ysgrifennu presgripsiwn ar gyfer gwrthficrobiad? Sut y bydd yn sicrhau fy mod yn cael y driniaeth gywir?

Yr hyn y dylai rhagnodwyr ei ystyried cyn rhagnodi gwrthficrobiad

Wrth ystyried p'un a ddylid rhagnodi gwrthficrobiad ai peidio, dylai gweithwyr iechyd proffesiynol ystyried sut y gallai'r penderfyniad hwn effeithio ar ba mor dda y mae'r feddyginiaeth yn gweithio fel triniaeth ar gyfer haint yn y dyfodol (ymwrthedd i wrthficrobiaid).

Dylent gadarnhau symptomau'r claf a'u cofnodi yn nodiadau'r claf. Os nad yw'r haint yn un difrifol, dylai gweithwyr iechyd proffesiynol ystyried gofyn i'r labordy microbioleg ganfod beth yw'r haint cyn rhagnodi gwrthficrobiad. Ond dim ond os yw'n ddiogel gohirio triniaeth y dylent wneud hyn. Os na fydd haint yn gwella neu os bydd yn parhau i ddychwelyd, gall gweithwyr iechyd proffesiynol hefyd ofyn i'r labordy microbioleg ganfod beth yw'r haint. Ond dylent fwrw ymlaen â rhagnodi gwrthficrobiad a phan ddaw canlyniadau'r labordy yn ôl dylent gadarnhau bod y gwrthficrobiad yn addas i drin yr haint.

Profion i ganfod a oes angen gwrthficrobiad

Ar gyfer cleifion yn yr ysbyty, dylai gweithwyr iechyd proffesiynol gymryd sampl ar gyfer y labordy microbioleg cyn iddynt ragnodi gwrthficrobiad ar gyfer haint a amheuir. Dylent adolygu'r presgripsiwn pan ddaw canlyniadau'r labordy yn ôl a'i newid os bydd y canlyniadau yn dangos bod angen gwneud hynny.

Mewn rhai achosion, efallai y bydd gweithwyr iechyd proffesiynol yn ystyried defnyddio prawf er mwyn canfod a oes angen rhoi gwrthficrobiad ar gyfer haint ar y frest. Gweler canllawiau eraill NICE i gael manylion am ein canllawiau ar niwmonia.

Trafodaethau cyn rhagnodi gwrthficrobiad

Dylai gweithwyr iechyd proffesiynol gymryd yr amser i siarad â chleifion a/neu aelodau o'u teulu neu eu gofalwyr am y canlynol:

- beth yw'r haint tebygol a'r hyn a allai fod wedi'i achosi
- pam nad gwrthficrobiad yw'r opsiwn gorau, o bosibl
- opsiynau triniaeth eraill
- manteision a risgiau rhagnodi gwrthficrobiad ar unwaith, gan gynnwys y risg o alergedd ac adweithiau alergaidd difrifol
- yr hyn y dylent ei wneud os bydd eu cyflwr yn gwaethygu
- a oes angen unrhyw wybodaeth ysgrifenedig arnynt am eu meddyginiaeth.

Pan na fydd angen gwrthficrobiad

Ni ddylid rhagnodi gwrthficrobiaid i drin heintiau sy'n debygol o wella ar eu pen eu hunain heb driniaeth.

Os nad rhagnodi gwrthficrobiad yw'r peth gorau i'w wneud, dylai gweithwyr iechyd proffesiynol siarad â chleifion a/neu aelodau o'u teulu am eu hopsiynau, megis:

- prynu meddyginiaethau dros y cownter yn y fferyllfa leol
- rhagnodi gwrthficrobiad yn ddiweddarach os na fyddant yn gwella
- triniaethau eraill a allai helpu, megis draenio'r haint (tynnu crawn ohono) (ar gyfer rhai mathau o haint yn unig).

Cwestiynau i'w gofyn pan na fydd angen gwrthficrobiad

- Pam rydych wedi penderfynu peidio â rhoi presgripsiwn i mi ar gyfer gwrthficrobiad? Beth dylwn ei wneud os af fi adref a bod fy nghyflwr yn gwaethygu?
- Beth gallaf ei wneud i helpu fy hun i wella?
- A oes angen trin pob haint â gwrthfiotigau?
- A allwch ddweud y gwahaniaeth rhwng haint bacterol a haint feirol, ac os felly sut?
- Beth yw presgripsiwn wrth gefn a pham rydych wedi'i roi i mi?
- A allaf gael presgripsiwn ar gyfer gwrthficrobiad gan feddyg arall?
- Pam rydych wedi penderfynu atal fy mhresgripsiynau amlroddadwy ar gyfer gwrthficrobiaid?

Pan fydd gwrthficrobiad yn opsiwn

Os bydd gwrthficrobiad yn opsiwn ar gyfer triniaeth, dylai gweithwyr iechyd proffesiynol nodi yng nghofnodion y claf y rhesymau dros ragnodi neu beidio â rhagnodi gwrthficrobiad, a'r cynllun ar gyfer gofal y claf. Os byddant yn penderfynu rhagnodi gwrthficrobiad, dylent ystyried y pethau canlynol wrth benderfynu pa un y dylent ei ragnodi:

- sut y gallai'r gwrthficrobiad ryngweithio â meddyginiaethau eraill y mae'r claf yn eu cymryd ac â bwyd a diod.
- unrhyw salwch arall sydd gan y claf (er enghraifft, clefyd yr arennau), a all olygu y bydd angen newid y dogn o'r gwrthficrobiad
- unrhyw alergeddau i feddyginiaethau a all fod gan y claf
- y risg y gallai rhagnodi'r gwrthficrobiad annog bacteria, sy'n gysylltiedig â heintiau mewn ysbytai (er enghraifft, heintiau a achosir gan facteria a elwir yn *Clostridium difficile*), i dyfu.

Os bydd gweithiwr iechyd proffesiynol yn rhagnodi gwrthficrobiad nad yw'n cyd-fynd â chanllawiau lleol, dylai nodi'r rheswm dros hyn yng nghofnod y claf.

Cwestiynau i'w gofyn pan fydd gwrthficrobiad yn opsiwn

- Pam rydych wedi penderfynu rhoi presgripsiwn i mi ar gyfer gwrthficrobiad?
- A oes dewis o wrthficrobiaid y gallwn eu cymryd? Sut ydw i'n gwybod a ydw i'n cael yr un cywir?
- Beth dylwn ei wneud os na fydd fy nghyflwr yn gwella gyda'r gwrthficrobiad neu os bydd yn gwaethygu?
- Beth dylwn ei wneud os caf adwaith gwael i'r gwrthficrobiad? A oes unrhyw beth penodol y dylwn gadw golwg amdanynt?
- A oes angen i mi gwblhau'r cwrs o wrthfiotigau neu a ddylwn roi'r gorau i'w cymryd pan fyddaf yn teimlo'n well?

Pan fydd angen gwrthficrobiad er mwyn atal haint

Ni ddylai pobl sy'n cymryd gwrthficrobiaid er mwyn atal haint yn hytrach na thrin haint gael presgripsiynau amlroddadwy am fwy na chwe mis. Dylai hyn helpu i leihau ymwrthedd i wrthficrobiaid a nifer yr adweithiau alergaidd.

Gwrthficrobiaid mewnwythiennol

Ar gyfer rhai heintiau, er enghraifft heintiau difrifol, mae angen rhoi gwrthficrobiad i gleifion gan ddefnyddio chwistrell neu beiriant diferu yn uniongyrchol i'w llif gwaed (gwrthficrobiad mewnwythiennol).

Ar ôl rhwng 48 a 72 awr dylai gweithwyr iechyd proffesiynol gadarnhau a oes angen y gwrthficrobiad o hyd ac os oes p'un a ellir ei gymryd drwy'r geg (er enghraifft, ar ffurf tabled).

Gwrthficrobiaid newydd

Beth dylai sefydliadau sy'n gyfrifol am wasanaethau gofal iechyd ei wneud?

Pan fydd meddyginiaeth wrthficrobaidd newydd ar gael, dylai sefydliadau sy'n gyfrifol am wasanaethau gofal iechyd ystyried cynlluniau ar gyfer sut y gellid ei defnyddio i drin cleifion yn eu gofal. Gall y cynlluniau gynnwys grŵp lleol sy'n gwneud penderfyniadau ynghylch meddyginiaethau (grŵp gwneud penderfyniadau lleol) ac sy'n cynnwys pobl sy'n gweithio mewn meysydd gwahanol o ofal iechyd (er enghraifft, meddygon teulu lleol, ysbytai lleol, deintyddion lleol) ac aelodau o'r cyhoedd (gan gynnwys cleifion). Os bydd yn rhan o'r broses, dylai'r grŵp drafod a oes angen y gwrthficrobiad newydd ac os felly sut y caiff ei ddefnyddio yn ymarferol.

Pan fydd gwrthficrobiad newydd wedi'i gymeradwyo i'w ddefnyddio yn yr ardal leol, dylai sefydliadau sy'n gyfrifol am wasanaethau gofal iechyd ystyried monitro'r canlynol:

- a yw'n cael ei defnyddio fel yr argymhellir mewn canllawiau lleol a chenedlaethol
- faint y mae'n ei gostio i'r sefydliad
- pa mor dda y mae'n gweithio i drin heintiau ac a oes unrhyw bryderon ynghylch diogelwch
- sut mae patrymau ymwrthedd i wrthficrobiaid yn yr ardal leol yn gysylltiedig ag arfer rhagnodi gwrthficrobiaid.

Beth dylai'r grŵp gwneud penderfyniadau lleol ei wneud?

Pan fydd grwpiau gwneud penderfyniadau lleol yn penderfynu a ddylid defnyddio gwrthficrobiad newydd yn yr ardal leol, maent yn debygol o ofyn am help gan bobl sydd â phrofiad o ddefnyddio gwrthficrobiaid. Gall y bobl hyn fod yn aelodau o'r tîm stiwardiaeth wrthficrobaidd.

Mae NICE wedi dweud y dylai grŵp gwneud penderfyniadau lleol ystyried y pethau canlynol wrth benderfynu a ddylid defnyddio gwrthficrobiad newydd yn lleol, sef:

- a oes angen y gwrthficrobiad newydd ac os felly a oes ei angen ar frys
- ar gyfer pa gleifion y caiff ei ddefnyddio a pha fathau o haint
- y dogn, pa mor aml y dylid ei roi a sut (er enghraifft, drwy'r geg neu drwy ei chwistrellu)
- y sgil-effeithiau a sut y gallai'r rhain effeithio ar gleifion syn cymryd y gwrthficrobiad fel y'i rhagnodwyd
- a oes sefyllfaoedd ar gyfer y claf lle na ddylid defnyddio'r gwrthficrobiad (gwrtharwyddion).

Dylai'r grŵp hefyd ystyried patrymau o ymwrthedd i wrthficrobiaid yn yr ardal leol ac a ddylid cyfyngu ar y defnydd o'r gwrthficrobiad newydd. Os bydd y grŵp yn penderfynu cyfyngu ar y defnydd ohono, dylai wneud y canlynol:

- cofnodi'r rhesymau dros wneud hynny
- cofnodi pryd y gellir defnyddio'r gwrthficrobiad newydd ac ar gyfer pa grŵp o gleifion
- ailystyried yn rheolaidd y penderfyniad er mwyn sicrhau y dylai'r cyfyngiad barhau.

Dylai'r grŵp sicrhau bod yr holl wybodaeth am unrhyw gyfyngiad ar gael i'r cyhoedd.

Dylai grwpiau gwneud penderfyniadau lleol wneud yn siŵr bod gweithwyr iechyd proffesiynol sy'n rhagnodi meddyginiaethau yn gwybod ble y gallant ddod o hyd i'r wybodaeth ddiweddaraf am y gwrthficrobiad newydd.

Ffynonellau cyngor a chymorth

- Cymdeithas y Cleifion, 0845 608 4455 www.patients-association.org.uk

Gallwch hefyd gysylltu ag NHS Choices i gael rhagor o wybodaeth.

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

Canllawiau eraill NICE

- Niwmonia (2014) Canllaw NICE CG191
- Heintiau'r bibell anadlol - rhagnodi triniaeth gwrthfiotig (2008) Canllaw NICE CG69

ISBN: 978-1-4731-1453-1