

Esgor a geni cynamserol

14 Awst 2019

Esgor a geni cynnar: y gofal y dylech ei ddisgwyl

Mae tua 8 baban o bob 100 yn y DU yn cael eu geni cyn 37 wythnos o feichiogrwydd. Gelwir hyn yn enedigaeth gynamserol. Mae esgor cynamserol fel arfer yn dechrau ohono'i hun, er y caiff genedigaeth gynamserol ei chynllunio weithiau os credir mai dyna'r peth mwyaf diogel i'r baban neu'r fam. Mae risgiau i'r baban os caiff ei eni'n gynnar a pho gynharaf y caiff ei eni, mwyaf tebygol y caiff broblemau iechyd pan gaiff ei eni ac yn hwyrach mewn bywyd. Gall dewis y triniaethau cywir er mwyn helpu i atal neu arafu cyfnod esgor cynnar leihau'r risgiau hyn.

Hoffem sicrhau y bydd y canllaw hwn yn gwneud gwahaniaeth i fenywod, eu babanod a'u teuluoedd drwy sicrhau bod timau gofal yn gwybod:

- pryd i gynnig trin menyw â phrogesteron (sy'n hormon) neu bwyth serffigol er mwyn helpu i'w hatal rhag esgor yn gynnar
- sut i ddiagnosio bod dŵr menyw wedi torri'n gynnar a pha wrthfotigau y dylid eu cynnig er mwyn atal haint
- pa feddyginiaethau sydd orau i bob menyw a'i baban pan fydd yn dechrau esgor yn gynnar
- pryd i glampio a thorri llinyn bogail baban cynamserol yn ddiogel.

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 gwrando'n ofalus ar eich barn a'ch pryderon. Dylent hefyd wneud y canlynol:

- trafod â chi'n gynnar yn eich beichiogrwydd a allech fod mewn perygl o esgor yn gynamserol, ac esbonio'r gofal a gynigir i chi

- sicrhau eich bod yn gwybod arwyddion cyfnod esgor cynamserol y dylid cadw llygad amdanynt
- esbonio'r problemau posibl a allai effeithio ar eich baban a'r gofal y mae'n debygol y bydd ei angen arno ar ôl iddo gel ei eni
- rhoi cyfle i chi siarad ag arbenigwr am ofalu am eich baban.

Os na allwch ddeall y wybodaeth a roddir i chi, dywedwch hynny wrth eich tîm gofal.

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

Ble y gallaf gael rhagor o wybodaeth?

Ceir rhagor o wybodaeth am esgor a geni cynamserol ar [wefan y GIG](#) .

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

- [Bliss](#), hello@bliss.org.uk
- [Ymddiriedolaeth Genedlaethol Geni Plant](#), 0300 330 0700
- [Sands](#) (elusen babanod marwanedig a marwolaethau newyddenedigol), 0800 164 3322
- [Tommy's](#), 0800 0147 800

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 esgor a geni cynamserol 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 978-1-4731-3471-3