

Gwybodaeth i Gleifion ar gyfer gwaedu mislifol trwm

Gwaedu mislifol trwm: y gofal y dylech ei ddisgwyl

Mae gwaedu mislifol trwm yn gyflwr sy'n peri gofid i lawer o fenywod sy'n gallu tarfu'n ddifrifol ar eu bywyd bob dydd. Gall hefyd ddod gyda symptomau eraill fel poen pelfig dwys. Mae tua 1 o bob 20 o fenywod rhwng 30 a 49 oed yn gweld eu meddyg teulu bob blwyddyn am gymorth gyda mislifoedd trwm neu broblemau mislifol. Mae triniaethau yn cynnwys meddyginiaethau neu driniaethau llawfeddygol, a gall rhai o'r triniaethau hyn effeithio ar p'un a all y fenyw feichiogi. Mae'n bwysig bod gweithwyr gofal iechyd proffesiynol yn deall yr hyn sydd bwysicaf i bob menyw ac yn cefnogi ei blaenoriaethau a dewisiadau personol.

Rydym am sicrhau y bydd y canllaw hwn yn gwneud gwahaniaeth i fenywod â gwaedu mislifol trwm drwy wneud y canlynol:

- mae meddygon yn cymryd eich symptomau o ddifrif, yn gofyn y cwestiynau cywir ac yn defnyddio'r profion gorau i ddod o hyd i achos eich mislifoedd trwm yn gynt
- gallwch weld gweithiwr gofal iechyd proffesiynol sydd â gwybodaeth arbenigol o ganfod a thrin mislifoedd trwm os oes angen arnoch
- cewch wybodaeth am yr amrywiaeth lawn o driniaethau a allai helpu a'r hyn y maent yn eu cynnwys, a chymorth i ddewis un sy'n iawn i chi.

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, trafod eich opsiynau â chi a gwrando'n ofalus ar eich barn a'ch pryderon.

Er mwyn eich helpu i wneud penderfyniadau, ystyriwch:

- Beth sydd bwysicaf i chi ar yr adeg hon yn eich bywyd – a yw'n bwysicach eich bod yn lleihau eich symptomau neu'n gallu beichiogi?

- P'un a ydych am gael triniaeth, a beth all ddigwydd os byddwch yn penderfynu peidio â chael triniaeth.
- Sut y gall y driniaeth, yn cynnwys unrhyw sgil-ffeithiau, effeithio ar eich bywyd o ddydd i ddydd?

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 fislifoedd trwm.

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

- [Rhwydwaith Ffibroidau](#)
- [Y Gymdeithas Hysterectomi](#)
- [Women's Health Concern](#)

Nid yw NICE yn gyfrifol am gynnwys y gwefannau hyn.

Gwnaethom ysgrifennu'r canllaw hwn gyda phobl y mae gwaedu mislifol trwm 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: 978-1-4731-2778-4