Defnyddio Otovent

Llyfryn gwybodaeth ar gyfer cleifion

Y daflen hon

Nod y daflen hon yw rhoi gwybodaeth gefndirol am drafferthion yn y tiwb Eustachiaidd, Clust Ludiog ac am ddefnyddio Otovent fel opsiwn ar gyfer rheoli hynny.

Trafferthion yn y Tiwb Eustachiaidd a Chlust Ludiog

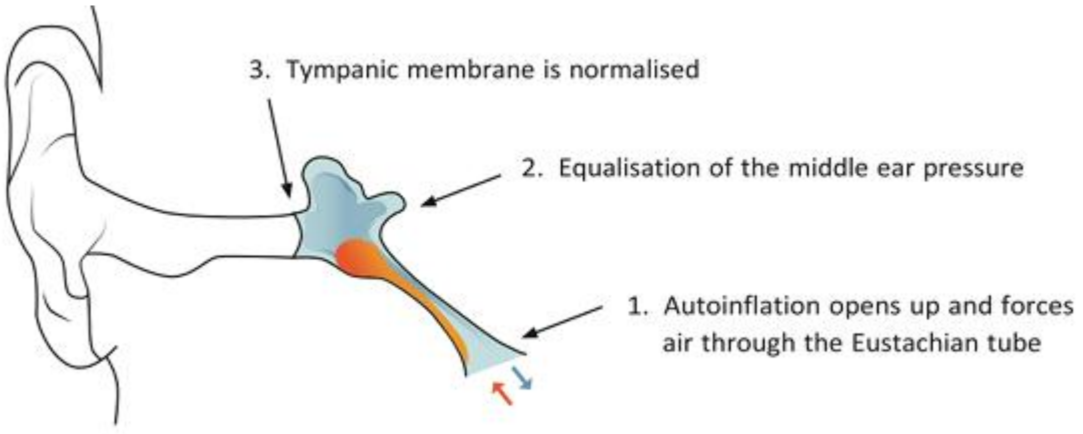
Y tu ôl i bilen dympanig eich clust mae ceudod sydd yn llawn aer a elwir y glust ganol. Mae'r tiwb Eustachiaidd yn cysylltu'r gofod hwn, sef y glust ganol â chefn y gwddf, ac mae'n gyfrifol am gydbwyso pwysedd aer y tu ôl i bilen dympanig y glust ac am ddraenio unrhyw hylif a gynhyrchir oherwydd haint, alergedd neu lid.

Pan nad yw'r broses ddraenio yn gweithio'n effeithlon, gall hylif gronni a chyfyngu ar symudiad pilen y glust gan achosi colled dros dro i'r clyw a elwir yn Glust Ludiog. Y rheswm mwyaf cyffredin am y broblem hon yw culhau neu lenwi'r tiwb Eustachiaidd. Bydd tua 50% o achosion yn datrys eu hunain dros amser, heb unrhyw ymyrraeth. Ond, os yw'r broblem yn parhau am fisoedd yna efallai y bydd angen ymyrryd.

Defnyddio Otovent

Beth yw Otovent?

Mae Otovent yn driniaeth y gellir ei defnyddio gartref ac mae'n cynnwys balŵn bach sy'n cael ei chwythu gan y trwyn. Cyn belled â bod y ddyfais yn cael ei defnyddio'n gywir, gall helpu i agor y tiwb Eustachiaidd a chydraddoli'r pwysau ar y naill ochr a'r llall i bilen y glust, gan ei gwneud hi'n haws i hylif ddraenio o'r glust ganol ac felly gwella'r clyw.



Tympanic membrane is normalised	Y bilen dympanig yn cael ei normaleiddio
Equalisation of the middle ear pressure	Cydraddoli pwysedd y glust ganol
Auto inflation opens up and forces air through the Eustachian tube	Mae hyn yn agor ac yn gorfodi aer trwy'r tiwb Eustachiaidd

Sut ydw i'n defnyddio Otovent?

Argymhellir defnyddio'r Otovent o leiaf dair gwaith y dydd – yn y bore, ganol dydd a gyda'r nos. Efallai y byddwch chi'n teimlo 'clician' neu symudiad yn eich clust a achosir gan y pwysedd ar y tiwb Eustachiaidd. Mae hyn yn arwydd bod y ddyfais yn gweithio ac yn cael ei defnyddio'n gywir. Mae'r ddyfais yn ddiogel ac yn aml fe'i hargymhellir er mwyn rheoli clust ludiog mewn plant. Fodd bynnag, rydym yn argymell eich bod chi'n eistedd i lawr wrth ei defnyddio rhag ofn y byddwch chi'n teimlo'n benysgafn. Dylid defnyddio'r Otovent am tua 2-3 wythnos ac ar ôl hynny dylech chi, neu'ch clinigwr, asesu a yw'r driniaeth yn fuddiol ac a yw'r symptomau wedi diflannu. Ni ddylid defnyddio'r otovent os oes gennych boen sylweddol yn y glust wrth ddefnyddio'r ddyfais; annwyd trwm; gorlawnder yn y trwyn; neu haint yn y glust.

Cyfarwyddiadau

Ymestynnwch y balŵn y tro cyntaf y byddwch yn ei ddefnyddio

Step 1

- Connect the balloon onto the nose piece
- Hold the round part of the nose piece firmly against the right nostril with the right hand
- Press the left nostril closed with the left hand

Step 2

- Inhale deeply, close the mouth and inflate the balloon until it is the size of a grapefruit, by blowing through the nostril

Step 3

- Repeat the procedure with the left nostril
- After each use the nose piece should be washed in mild detergent and rinsed with clean water

Step 1	Cam 1

Connect the balloon onto the nose piece	Cysylltwch y balŵn i'r darn trwyn
Hold the round part of the nose firmly against the right nostril with the right hand	Daliwch ran grwn y darn trwyn yn gadarn yn erbyn y ffroen dde gyda'ch llaw dde
Press the left nostril closed with the left hand	Gwasgwch y ffroen chwith ynghau gyda'ch llaw chwith
Step 2	Cam 2
Inhale deeply, close the mouth and inflate the balloon until it is the size of a grapefruit, by blowing through the nostril	Anadlwch yn ddwfn, caewch eich ceg a chwythwch y balŵn nes ei fod maint grawnffrwyth, trwy chwythu drwy'r ffroen
Step 3	Cam 3
Repeat the procedure with the left nostril	Ailadroddwch y broses gyda'r ffroen chwith
After each use the nose piece should be washed in mild detergent and rinsed with clean water	Dylid golchi'r darn trwyn mewn glanedydd ysgafn a'i rinsio â dŵr glân bob tro ar ôl ei ddefnyddio
Connect Inflate Repeat	Cysylltu Chwythu Ailadrodd

Cysylltu Chwythu Ailadrodd

Ble allaf i gael Otovent?

Er nad ydym yn gallu darparu Otovent ar bresgripsiwn, mae ar gael i'w brynu ar-lein neu mewn fferyllfeydd am gost o tua £10.

Ewch i www.otovent.co.uk am ragor o wybodaeth.