Colonosgopi

Gwybodaeth i Gleifion

Hawdd ei ddarllen

Mae'r llyfryn hwn yn esbonio beth fydd yn digwydd pan fyddwch yn cael **colonosgopi**.

Efallai yr hoffech ofyn i rhywun eich helpu i'w ddarllen.

Gadewch i rhywun wybod os oes unrhyw beth nad ydych chi'n ei ddeall.

Beth yw colonosgopi?

Mae **colonosgopi** yn brawf sy'n edrych y tu mewn i'ch colon.

Mae'r meddyg yn defnyddio camera arbennig ar ben tiwb hir, hyblyg i edrych a yw eich colon yn iach.

Mae hyn yn cael ei wneud yn yr ysbyty. Fel arfer gallwch fynd adref yr un diwrnod.

Beth yw colon?

Mae eich **colon** y tu mewn i'ch corff ac mae'n rhan o'ch perfedd.

Mae rhai pobl yn galw colon yn “coluddyn mawr”

Mae'n rhan o'ch **system dreulio**.

Mae'n cysylltu'ch stumog â'ch pen ôl.

Un o'i pethau y mae’n ei wneud yw cael gwared ar wastraff (pŵ) nad oes ei angen ar eich corff.

Beth fydd yn digwydd?

Bydd y meddyg yn defnyddio camera bach arbennig ar diwb tenau, hyblyg (o'r enw **endosgop**).

Mae'r tiwb yn mynd i mewn i’ch pen ôl fel y gall y camera gyrraedd eich colon.

Mae'r camera yn anfon lluniau a fideo i fonitor.

Mae hyn yn helpu'r meddyg i weld y tu mewn i'ch colon.

Cyn eich colonosgopi

Cyn i chi gael eich colonosgopi byddwch yn cael ychydig o feddyginiaeth i'w yfed gartref.

Os ydych chi'n cael trafferth yfed y feddyginiaeth ceisiwch ei yfed trwy welltyn.

Bydd y feddyginiaeth yn gwneud i chi fod angen mynd i'r toiled i wneud pŵ.

Bydd yn gwneud eich pŵ yn fwy meddal nag y mae fel arfer. Mae hyn er mwyn clirio'ch coluddyn fel y gall y meddyg weld eich colon yn glir gyda'r camera.

Ychydig ddyddiau cyn eich colonosgopi efallai y bydd eich meddyg yn gofyn i chi beidio â bwyta rhai bwydydd fel reis brown a bara brown.

Cael eich colonosgopi

Byddwch yn newid i mewn i ŵn ysbyty.

Bydd angen i chi dynnu'ch sgert neu'ch trowsus a'ch dillad isaf.

Yn gyntaf byddwch yn cael ambell i archwiliad bach. Nid ydynt yn brifo.

Bydd y nyrs yn rhoi clip arbennig ar eich bys er mwyn gweld beth yw curiad eich calon.

Bydd y nyrs yn rhoi cyff o amgylch eich braich er mwyn gweld beth yw pwysedd eich gwaed. Mae'n teimlo fel cwtsh tynn ar eich braich.

Efallai y byddwch yn cael meddyginiaeth trwy diwb yng nghefn eich llaw i wneud i chi deimlo'n gysglyd ac wedi ymlacio.

Efallai y byddwch yn cael nwy ac aer (o'r enw **entonox**). Gall hyn eich helpu i deimlo'n ddigyffro ac mewn rheolaeth.

Bydd anesthetydd (meddyg sy'n rhoi meddyginiaeth sy'n gwneud i chi deimlo'n gysglyd) a'ch tîm meddygol yn penderfynu pa un sydd orau i chi.

Bydd y tîm meddygol yn gofyn i chi orwedd ar wely ar eich ochr chwith.

Bydd y meddyg yn symud eich gŵn ysbyty ychydig, ond ni fydd unrhyw un arall yn yr ystafell yn gweld eich pen ôl.

Bydd y meddyg yn gosod tiwb tenau yn ofalus yn eich pen ôl. Efallai y byddwch chi'n teimlo ychydig yn anghyfforddus ond ni ddylai hyn frifo.

Efallai y byddwch chi'n teimlo'r camera yn chwythu ychydig o aer i mewn i'ch pen ôl. Mae hyn er mwyn helpu'r meddyg i weld eich coluddyn yn well.

Gall hyn wneud i chi deimlo bod angen i chi basio gwynt. Peidiwch â phoeni os oes angen i chi wneud hyn, mae hyn yn normal.

Os ydych chi'n anghyfforddus ar unrhyw adeg gallwch ofyn i'r meddyg stopio er mwyn i chi allu cymryd seibiant.

Efallai y bydd y meddyg yn cymryd ychydig bach o leinin eich coluddyn i wneud ambell i brawf.

Gelwir hyn yn biopsi.

Efallai y bydd tyfiannau bach o'r enw polypau hefyd yn cael eu tynnu os bydd y meddyg yn dod o hyd i'r rhain.

Ni fydd yn brifo pan fydd y meddyg yn gwneud hyn.

Beth os ydw i'n teimlo'n bryderus?

Efallai y byddwch chi'n teimlo'n bryderus am gael colonosgopi. Mae teimlo'n ansicr yn normal, yn enwedig os nad ydych wedi cael un o'r blaen.

Pan fyddwn yn teimlo'n bryderus gall meddwl am rywbeth arall fod yn ddefnyddiol.

Mae rhai pobl yn hoffi dychmygu eu bod yn eu hoff le.

Mae rhai pobl yn hoffi canolbwyntio ar anadlu'n ddwfn, ac yn araf.

Gallwch ddod â rhywbeth gyda chi o gartref sy'n gwneud i chi deimlo'n gysurus fel hoff wrthrych, blanced gysurus neu lun o rywbeth sy'n gwneud i chi deimlo'n hapus.

Pethau i'w cofio

- Bydd y meddyg yn symud eich gŵn ysbyty ychydig ar gyfer eich colonosgopi, ond ni fydd unrhyw un arall yn yr ystafell yn gweld eich pen ôl.
- Bydd y meddyg a'r nyrs yn sicrhau eich bod yn teimlo'n gyfforddus. Maen nhw yno i'ch helpu chi.
- Siaradwch â'ch meddyg os ydych chi'n poeni neu'n bryderus.
- Er mwyn eich helpu i ymlacio rhowch gynnig ar ymarferion ymlacio cyhyrau neu ymarferion anadlu.

Fideos

Gallwch wylio fideo sy'n esbonio **beth i'w ddisgwyl yn ystod colonosgopi**.

Cliciwch ar y ddolen i wylio'r fideo: What to expect - Colonoscopy

Gallwch wylio fideo sy'n esbonio **beth sy'n digwydd yn ystod colonosgopi**.

Cliciwch ar y ddolen i wylio'r fideo: Colonoscopy Procedure

Os oes angen help arnoch

Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu os ydych angen siarad â rhywun, gallwch gysylltu â'r Tîm Endosgopi.

Ein rhif ffôn yw: 01633 238706.

Ein cyfeiriad e-bost yw:

ABB.EndoscopyPreAssessment@wales.nhs.uk

Os byddwch yn anfon e-bost, dylech gynnwys eich enw a'ch rhif ysbyty.