Cael anesthetig cyffredinol

Gwybodaeth i Gleifion

Hawdd ei ddarllen

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

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.

Anesthetig cyffredinol

Efallai eich bod wedi cael gwybod y bydd angen i chi gael **anesthetig cyffredinol** ar gyfer llawdriniaeth neu driniaeth.

Os ydych chi'n teimlo'n bryderus am hyn, nid ydych chi ar eich pen eich hun. Mae teimlo'n bryderus am gael triniaeth yn yr ysbyty yn deimlad normal iawn. Mae llawer o bobl yn teimlo fel hyn.

Bydd y llyfryn hwn yn eich helpu i ddeall beth fydd yn digwydd cyn, yn ystod ac ar ôl cael eich anesthetig cyffredinol fel eich bod chi'n gwybod beth i'w ddisgwyl.

Beth yw anesthetig cyffredinol?

Mae anesthetig cyffredinol yn fath o feddyginiaeth sy'n eich helpu i gael cwsg dwfn iawn.

Pan fyddwch chi'n cysgu:

- Ni fyddwch yn teimlo unrhyw boen.
- Ni fyddwch yn gweld nac yn clywed beth sy'n digwydd.
- Bydd y meddyg yn eich deffro pan fydd y llawdriniaeth neu'r driniaeth wedi gorffen.

Bydd y meddygon a'r nyrsys yn gofalu'n dda amdanoch chi drwy'r amser i'ch cadw'n ddiogel.

Beth i ddod gyda chi

Mae'n ddefnyddiol meddwl am beth i ddod gyda chi i'r ysbyty.

Gall dod â phethau o adref sy'n eich cysuro eich helpu i deimlo wedi ymlacio yn ystod eich ymweliad â'r ysbyty.

Efallai yr hoffech chi ddarllen llyfr neu gylchgrawn, gwrando ar gerddoriaeth drwy glustffonau, gwneud pos, neu liwio.

Os ydych chi'n aros dros nos, peidiwch ag anghofio dod â'ch pyjamas a'ch brws dannedd.

Beth i'w wneud cyn yr anaestheteg

Mae'n bwysig iawn nad ydych chi'n cael unrhyw beth i'w fwyta am **6 awr cyn** i chi gael anesthetig cyffredinol.

Fel arfer, bydd y meddyg yn gofyn i chi beidio â bwyta ar ôl hanner nos y noson cyn eich llawdriniaeth.

Bydd eich meddyg yn dweud mwy wrthych chi am pryd i roi'r gorau i fwyta ac yfed.

Beth fydd yn digwydd?

Pan fyddwch yn cyrraedd yr ysbyty byddwch yn cwrdd â nyrs.

Bydd y nyrs yn rhoi breichled arbennig i chi ei gwisgo ar eich arddwrn. Bydd eich enw a dyddiad eich pen-blwydd wedi'u hysgrifennu arni.

Bydd y nyrs yn eich pwyso ac yn mesur pa mor dal ydych chi.

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.

Bydd y nyrs yn cymryd eich tymheredd.

Bydd y nyrs yn rhoi clip plastig ar eich bys. Gelwir y clip hwn yn **ocsimedr pwls**. Nid yw'n brifo ac mae'n mesur pa mor dda y mae ocsigen yn cael ei anfon i rannau o'ch corff.

Gyda pwy arall y byddaf yn cwrdd?

Byddwch yn cwrdd **ag anesthetydd** (meddyg sydd wedi'i hyfforddi'n arbennig).

Eu gwaith yw eich cadw'n ddiogel ac yn cysgu'n drwm yn ystod eich llawdriniaeth.

Byddan nhw'n dweud wrthych chi am y ffordd orau i chi gael y feddyginiaeth sy'n gwneud i chi fynd i gysgu.

Byddwch hefyd yn cwrdd â'r meddyg a fydd yn cynnal eich llawdriniaeth neu'ch triniaeth.

Fe fyddan nhw’n dod i ddweud helo.

Beth fydd yn digwydd?

Efallai y bydd y meddyg yn rhoi gwelltyn bach (a elwir yn **ganwla**) yng nghefn eich llaw.

Peidiwch â phoeni. Gall y meddyg ddefnyddio hufen fel nad yw'r gwelltyn yn brifo.

Os ydych chi'n teimlo'n bryderus, efallai y bydd y meddyg yn rhoi rhywfaint o feddyginiaeth i chi ei yfed mewn cwpan neu chwistrell er mwyn eich helpu i deimlo wedi ymlacio.

Mynd am y lawdriniaeth

Pan fydd hi'n amser ar gyfer eich llawdriniaeth byddwch chi'n mynd i lawr y coridor gyda'ch nyrs i gael y feddyginiaeth a fydd yn gwneud i chi fynd i gysgu.

Efallai y gofynnwyd i chi newid i wisg ysbyty ond efallai y byddwch chi'n gallu gwisgo'ch dillad neu'ch pyjamas eich hun.

Fel arfer, mae syrthio i gysgu yn cymryd rhwng ychydig o eiliadau (os cewch y feddyginiaeth drwy gannula) a chwpl o funudau.

Cael eich meddyginiaeth cysgu

Efallai y bydd y meddyg yn gofyn i chi anadlu'r feddyginiaeth gysgu arbennig trwy fasg. Byddant yn ei osod yn ofalus ger eich trwyn a'ch ceg.

Mae'r masg yn arogli ychydig fel pennau blaen ffelt.

Neu efallai y bydd y meddyg yn rhoi'r feddyginiaeth gysgu i chi drwy'r gwelltyn bach yn eich llaw (canwla).

Fe fyddan nhw'n dweud wrthych chi pa un fyddwch chi'n ei gael cyn eich llawdriniaeth neu driniaeth fel eich bod chi'n gwybod beth i'w ddisgwyl.

Yn ystod eich triniaeth

Bydd nyrs, yr anesthetydd, anesthetydd cynorthwyol a llawfeddyg yn yr ystafell yn ystod eich llawdriniaeth neu driniaeth.

Bydd yr anesthetydd yn aros gyda chi drwy gydol y driniaeth.

Byddant yn monitro cyfradd eich calon, eich pwysedd gwaed, pwls, eich anadl a lefelau ocsigen yn agos, er mwyn eich helpu i aros yn ddiogel ac yn cysgu'n llwyr.

Bydd pawb yn gofalu'n dda amdanoch chi.

Pan fyddwch chi'n deffro

Pan fydd eich llawdriniaeth neu driniaeth wedi gorffen, bydd yr anesthetydd yn eich helpu i ddeffro'n araf trwy roi'r gorau i roi'r feddyginiaeth gysgu yn ofalus.

Pan fyddwch chi'n deffro byddwch chi mewn ystafell arbennig o'r enw'r **ystafell adferiad**. Bydd nyrs yn gofalu amdanoch chi.

Efallai y bydd y gwelltyn bach yng nghefn eich llaw (**canwla**) pan fyddwch chi'n deffro. Mae hyn rhag ofn y bydd angen meddyginiaethau arnoch yn nes ymlaen.

Mae cael meddyginiaethau drwy'r cannula yn ei helpu i fynd o gwmpas eich corff yn gyflymach.

Ar ôl eich Llawdriniaeth

Mae rhai pobl yn dweud eu bod nhw'n teimlo ychydig yn gysglyd a bod eu gwddf ychydig yn sych pan maen nhw'n deffro o'u hanesthetig cyffredinol. Mae hyn yn normal.

Efallai y byddwch chi'n teimlo ychydig yn oer, felly efallai y bydd y nyrs yn rhoi blanced i chi i'ch cadw'n gynnes.

Fel arfer, bydd y meddyg yn rhoi rhywfaint o feddyginiaeth i chi pan fyddwch chi'n deffro.

Efallai y byddwch chi'n dechrau teimlo'n llwglyd ar ôl eich llawdriniaeth ac efallai y byddwch chi'n gallu cael rhywbeth i'w fwyta ac yfed.

Efallai y byddwch chi'n mynd adref yn nes ymlaen y diwrnod hwnnw neu efallai y bydd angen i chi aros yn yr ysbyty am ychydig yn hirach. Bydd y meddyg yn rhoi gwybod i chi.

Mynd adref

Unwaith y bydd y meddygon yn dweud eich bod chi'n barod, gallwch chi fynd adref.

Efallai y byddwch chi'n teimlo ychydig yn flinedig pan fyddwch chi'n cyrraedd adref felly efallai yr hoffech orffwys ar y soffa yn gwylio'ch hoff raglen neu ymlacio yn gwneud eich hoff bethau tawelu.

Ymarferion anadlu

Gall fod yn ddefnyddiol gwneud ymarferion anadlu os ydych chi'n teimlo'n bryderus.

Ymarferwch eich ymarferion anadlu gartref cyn i chi fynd i'r ysbyty fel eich bod chi'n fwy cyfforddus yn eu defnyddio pan fydd eu hangen arnoch chi.

Ymarfer 1: Anadlu er mwyn cysur

Ymarfer 2: Ymarfer Anadlu Blwch

Fideo a sain

Gallwch wylio fideo sy'n esbonio **beth sy'n digwydd pan fyddwch chi'n cael anesthetig cyffredinol**.

Cliciwch ar y ddolen i wylio'r fideo: Anaesthesia – General anaesthetic

Gallwch wrando ar ambell i recordiad er mwyn eich helpu **i baratoi eich meddwl cyn llawdriniaeth**.

Cliciwch ar y ddolen i wrando ar y recordiadau: Preparing your mind before surgery

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.