Cygnor i gleifion Diabetig mewn castiau Plaster

Mae diabetes yn gyflwr gydol oes a all effeithio ar nerfau a phibellau gwaed eich coesau a'ch breichiau, yn enwedig eich coesau a'ch traed. Gall hyn effeithio ar y teimlad yn eich coesau a'r cyflenwad gwaed iddynt.
Pan fydd cast yn cael ei osod mae risg bob amser y bydd pwysau'n cael ei roi ar y croen a risg y bydd y croen yn chwalu. O ystyried hyn, cynghorir cleifion mewn cast plastr i gymryd gofal arbennig o'r fraich neu'r goes y mae'r plastr wedi ei roi arni. Mae hyn oherwydd y gall synhwyrau gael eu newid mewn claf diabetig, a gall unrhyw newid i groen y claf gael ei guddio o dan y cast heb i'r claf sylwi. Dyna pam y mae'n rhaid i chi gadw llygad barcud ar y goes neu'r fraich y mae'r cast wedi'i osod arni. Mae hyn oherwydd y gall diffyg teimlad achosi i unrhyw doriad i'r croen o dan y plastr gael ei heintio heb i chi fod yn ymwybodol.

Pethau y mae angen i chi gadw llygad amdanynt

- Unrhyw chwydd yn y bysedd / bodiau traed
- Unrhyw boen neu anghysur newydd
- Newid lliw bysedd/ bysedd traed
- Pinnau bach yn y bysedd / bodiau traed
- Analluu i symud bysedd / bodiau traed
- Os byddwch chi'n dechrau teimlo'n sâl
- Os oes unrhyw arogl drwg yn dod o'r cast
- Unrhyw farciau ar y plastr sy'n ymddangos fel pe bai'n dod o du mewn i'r cast

Os ydych chi'n sylwi ar unrhyw un o'r rhain yna dychwelwch i'r Adran lle rhoddwyd y cast plastr arnoch.

Pethau y dylech eu gwneud
• Gwneud yn siŵr eich bod yn gwirio'ch lefelau siwgr eich gwaed yn rheolaidd • Edrych yn fanwl ar eich bysedd / bodiau eich traed yn ddyddiol gan gynnwys y man rhwng y bysedd / bodiau traed. • Mae gofal ewinedd hefyd yn bwysig. Fe'ch cynghorir i dorri'ch ewinedd yn syth ar draws. • Os bydd plastr yn gwlychu cysylltwch â'r adran lle cawsoch eich gweld. • Mae'n bwysig eich bod yn dilyn y cyngor yn y daflen gyngor ar Ofal Plaster.

Fe ddylech fod wedi derbyn llythyr gyda gwybodaeth ynddo am eich apwyntiad dilynol gyda'r adran Trawma ac Orthopaedeg. Os oes gennych unrhyw bryderon ynglŷn â phryd y byddwch yn cael eich gweld, cysylltwch â hwy'n uniongyrchol ar y rhif ffôn ar y daflen.

Cyfeiriadau:

Diabetic foot BMJ 2017; 359 doi: https://doi.org/10.1136/bmj.j5064

Os ydych yn pryderu o gwbl am eich anaf, cysylltwch â'r Adran Achosion Brys/Uned Mân Anafiadau (MIU):
Ysbyty Brenhinol Gwent: 01633 234056
Ysbyty Neuadd Nevill: 01873 732073
Ysbyty Ystrad Fawr (YYF) MIU 01443 802353
GUH: 01633 493287
Ysbyty Anuerin Bevan (YAB) MIU: 01495 363318

Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg /
This document is available in English