

Trwyn wedi'i dorri

Nid yw'n arferol gwneud prawf pelydr-X yn dilyn anaf i'r trwyn i wirio a yw wedi'i dorri. Y rheswm yw nad yw esgyrn y trwyn yn ymddangos yn dda mewn prawf pelydr-X.

Fodd bynnag, os oes amheuaeth eich bod wedi torri eich gên neu eich esgyrn bochau, gall fod angen cynnal prawf pelydr-X ar rannau eraill o'ch wyneb. Yn rhan o'ch asesiad, ystyrir arwyddion eraill o drwyn wedi'i dorri, gan gynnwys chwydd, newid yn ei siâp ac a yw'r trwyn yn siglog/yn clicio.

Os oes amheuaeth bod y trwyn wedi'i dorri, caiff apwyntiad dilynol ei drefnu gyda'r Adran Clust, Trwyn a Gwddf (ENT). Mae hwn yn cael ei gynnal tua 7-10 diwrnod ar ôl eich anaf pan fydd y chwydd wedi gostwng. Ar y pryd hwnnw penderfynir a fydd angen llawdriniaeth fechan i ailosod eich trwyn. Os oes angen llawdriniaeth, mae'n bwysig ei chwblhau o fewn 2-3 wythnos ar ôl yr anaf. Os caiff y llawdriniaeth ei gohirio, efallai na fydd yn bosib ailosod eich trwyn o dan anesthetig ag effaith fer ac efallai bydd angen triniaeth fwy megis 'gwaith trwyn'.

Os nad oes angen llawdriniaeth arnoch, bydd y trwyn yn cymryd tua 2-3 wythnos i wella.

Croen wedi'i dorri/crafiadau ar bont eich trwyn

Os yw'r croen ar bont eich trwyn wedi'i dorri, mae'n bwysig cadw'r clwyf yn sych nes y bydd wedi gwella'n llwyr. Dylai nyrs eich meddygfa dynnu unrhyw bwythau allan tua 5-7 diwrnod ar ôl yr anaf. Bydd angen i chi gadw'r apwyntiad hwn gyda derbynnydd eich meddygfa deulu.

Os yw'r toriad ar bont ei drwyn yn un dwfn gydag amheuaeth bod yr asgwrn oddi dani wedi'i dorri, gall fod angen i chi gael gwrthfotig. Cewch apwyntiad gyda'r Adran ENT ynglŷn â'r trwyn sydd wedi'i dorri, ond gellir tynnu'r pwythau yn eich meddygfa deulu cyn yr apwyntiad hwn.

Trwyn yn gwaedu

Mae gwaediadau yn gyffredin ar ôl anaf i'r trwyn. Os bydd y trwyn yn gwaedu ac nad ydych yn teimlo'n benysgafn, eisteddych yn syth a phwyswch ymlaen, gan anadlu drwy eich ceg a gwasgu rhan feddal uchaf y trwyn yn dynn gyda'ch bys a'ch bawd, **heb ollwng eich gafael am 15 munud o leiaf**.



Gall ychydig o waed barhau i ddiferu o'r trwyn – peidiwch â phoeni a pharhewch i wasgu. Mae'r pwysau uniongyrchol yn atal y gwaediad ac yn caniatáu i'r gwaed dolchennu. Os nad yw'r gwaediad yn cael i'w atal, dylech ddychwelyd i'r Adran Achosion Brys/Uned Mân Anafiadau.

Cymhlethdodau prin o anaf i'r trwyn

Diferiad hylif cerebrosinol:

Gall diferiad o hylif clir fel dŵr o un ffroen ar ôl anaf yn arwydd o ddiferiad hylif sydd o amgylch yr ymennydd i'r trwyn. Bydd hyn yn eich rhoi mewn peryg o lid yr ymennydd. Dylech fynd i'r Adran Achosion Brys os oes gennych y symptom hwn.

Hematoma ar y septwm (tolchen yn ffurfio y tu mewn i'r trwyn):

Efallai bod hematoma ar y septwm os yw eich trwyn wedi ei rwystro, yn enwedig wrth fynedfa y ddwy ffrwyn, neu os oes twymyn arnoch. Dylech ddychwelyd i'r Adran Achosion Brys/Uned Mân Anafiadau ar gyfer ailasesiad o'ch trwyn. Os na chaiff ei drin, gall hematoma ar y septwm ddinistrio strwythur y trwyn ac achosi anffurfiad parhaol.

Apwyntiadau dilynol

Fe'ch cynghorir a oes angen apwyntiad dilynol ar ôl eich ymgynghoriad yn yr Adran Achosion Brys/Uned Mân Anafiadau. Os na allwch ddod i'ch apwyntiad dilynol gyda'r Adran ENT neu os ydych yn credu nad oes angen apwyntiad dilynol arnoch mwyach, cysylltwch â'r Adran ENT er mwyn aildrefnu/canslo'r apwyntiad.

Os oes gennych unrhyw bryderon ynglŷn â'r anaf i'ch pen, rydym yn eich cynghori i fynd i Adran Achosion Brys i gael eich asesu ymhellach.

Rhifau ffôn cyswllt defnyddiol:

Ystafell triniaethau ENT (Yn ward DW5 Ysbyty Brenhinol Gwent):
01633 - 234018

Clinig cleifion allanol ENT (Prif glinig cleifion allanol Ysbyty Nevill Hall):
01873 – 732799

Os oes unrhyw bryderon gennych ynglŷn â'ch anaf, cysylltwch â'r Adran Achosion Brys/Uned Mân Anafiadau berthnasol:

Ysbyty Brenhinol Gwent: 01633 234056

Ysbyty Nevill Hall: 01873 732073

**Uned Mân Anafiadau Ysbyty Ystrad Fawr (YYF):
01443 802353 neu 802349**

**Uned Mân Anafiadau Ysbyty Aneurin Bevan (YAB):
01495 363318**

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