



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan
University Health Board

Taflen Gyngor Trawma Trwynol

Toriad i drwyn:

Yn dilyn anaf i'r trwyn, nid yw'n arferol cymryd pelydr-X i wirio am doriad trwynol. Mae hyn oherwydd y ffaith nad yw'r esgyrn trwynol yn ymddangos yn dda ar belydrau-X. Fodd bynnag, efallai y bydd angen pelydrau-X o rannau eraill o'r wyneb, os oes amheuaeth o dorri esgyrn eich gê'n neu'ch boch.

Felly, fel rhan o'ch asesiad, edrychir ar arwyddion eraill o drwyn wedi'i dorri. Mae hyn yn cynnwys chwyddo, newid i siâp trwynol a siglo/glicio'r trwyn. Os amheuir bod trwyn wedi'i dorri, trefnir apwyntiad dilynol gyda'r adran Clust, Trwyn a Gwddf (ENT). Fel rheol, mae hyn yn digwydd tua 7 - 10 diwrnod ar ôl yr anaf pan fydd y chwydd wedi lleihau. Ar yr adeg yma bydd penderfyniad yn cael ei wneud os bydd angen llawdriniaeth fach arnoch er mwyn ailosod eich trwyn. Os oes angen llawdriniaeth, mae'n bwysig ei fod yn digwydd o fewn 2-3 wythnos o'r anaf. Os caiff y llawdriniaeth ei ohirio, efallai na fydd hi'n bosibl ailosod eich trwyn dan anesthetig byr. Felly mae'n bosibl y bydd angen triniaeth fwy sylweddol fel 'gwaith arbennig ar y trwyn'.

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

Toriadau/crafiadau dros bont y trwyn:

Os ydych wedi cael toriad dros bont eich trwyn, mae'n bwysig cadw'r clwyf yn sych nes ei fod wedi gwella'n llawn. Dylai nyrs practis meddygon teulu gael gwared ar unrhyw bwythau oddeutu 5 - 7 diwrnod ar ôl yr anaf. Bydd angen i chi drefnu'r apwyntiad hwn gyda'ch derbynnydd meddyg teulu. Os oes toriad dwfn dros bont eich trwyn gydag amheuaeth o doriad gwaelodol, efallai y bydd angen cwrs o foddion gwrthfotig arnoch.

Byddwch wedi cael apwyntiad gyda ENT oherwydd bod y trwyn wedi'i dorri. Gellir tynnu'r pwythau yn eich meddygfa tra byddwch chi'n aros am apwyntiad clinig ENT ar gyfer y toriad i'r trwyn.

Trwyn yn gwaedu:

Mae trwyn yn gwaedu yn gyffredin ar ôl anaf trwynol. Os yw gwaedu yn digwydd, dylech bwysu ymlaen a gwasgu yn uchel ar ran feddal eich trwyn gyda'ch bys a bawd. Dylech wneud hyn heb adael mynd am 20 munud. Os bydd y gwaedu yn peidio â stopio, dylech ddychwelyd i'r Adran Damweiniau ac Achosion Brys.

Cymhlethdodau prin o drawma trwynol:

- **Gollwng CSF (hylif serebro-sbinol):**
Gall rhyddhau dŵr clir o un ffroen wedi'r anaf fod yn arwydd gollyngiad o hylif (CSF) o amgylch yr ymennydd i'r trwyn. Bydd hyn yn eich rhoi mewn perygl o lid yr ymennydd. Felly, dylech ddychwelyd i'r Adran Damweiniau ac Achosion Brys os oes gennych y symptom hwn.
- **Hematoma Septal (ffurfiad ceulad gwaed o fewn y trwyn):**
Gall hematoma septal fod yn bresennol os byddwch yn datblygu rhwystr trwynol yn enwedig wrth y fynedfa i'r naill ffroen neu'r llall neu dwymyn. Dylech ddychwelyd i'r Adran Damweiniau ac Achosion Brys er mwyn ailasesu eich trwyn. Os na chaiff ei drin, gall hematoma septal ddinistrio'r strwythur trwynol gan adael hylltra parhaol.

Ôl-driniaeth:

Fe'ch cynghorir os oes angen apwyntiad dilynol ENT yn dilyn eich ymgynghoriad Damweiniau ac Achosion Brys. Os na allwch fynychu'ch apwyntiad dilynol gydag ENT neu eich bod yn teimlo nad oes angen apwyntiad mwyach, cysylltwch â'r adran ENT er mwyn aildrefnu/dileu.

Os oes gennych unrhyw bryderon ynglŷn â'ch anaf i'r pen, byddwn yn eich cynghori i ddod yn ôl i'r Adran Damweiniau ac Achosion Brys i gael asesiad pellach.

Rhifau ffôn cyswllt defnyddiol:

Ystafell driniaeth ENT (Wedi'i leoli ar ward D5W yn Ysbyty Brenhinol Gwent): 01633 234018

Clinig Cleifion Allanol ENT (Prif Glinig Cleifion Allanol yn Ysbyty Nevill Hall): 01873 732799

**Os ydych chi'n pryderu o gwbl am eich anaf, cysylltwch â'r
Uned Damweiniau ac Achosion Brys/Uned Mân Anafiadau
(MIU) perthnasol:**

Ysbyty Brenhinol Gwent: 01633 234056

Ysbyty Nevill Hall: 01873 732073

Ysbyty Ystrad Fawr (YYF) MIU 01443 802353 neu 802349

Ysbyty Aneurin Bevan (YAB) MIU: 01495 363318