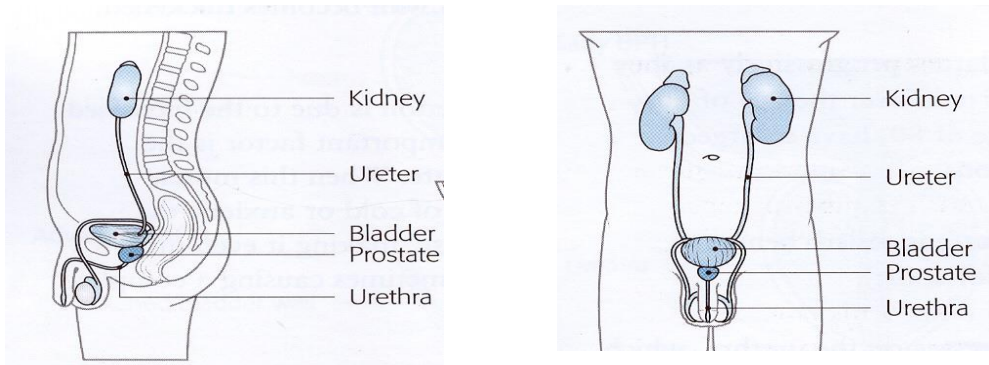


## **Ble mae Chwarren y Prostad?**

Mae chwarren y prostad yn eistedd o dan y bledren sydd y tu ôl i'r asgwrn pwbig – **gweler y diagram isod**. Mae'r wrethra (y biben ddŵr) yn gadael y bledren, yn mynd drwy'r prostad ac yn gorffen ar ben y pidyn. Wrth i'r prostad fyn yn fwy, gall wasgu'r wrethra gan wneud troethi (pasio dŵr) yn anodd. Gall hyn hefyd effeithio ar y bledren gan achosi symptomau megis pasio dŵr yn aml ac angen pasio dŵr ar frys.



Atgynhyrchir gyda chaniatâd caredig Health Press Ltd, Rhydychen

## **Ble mae Chwarren y Prostad a beth mae'n ei wneud?**

Mae'n organ atgenhedlu. Ei phrif swyddogaeth yw creu hylif sy'n maethu'r sberm ac yn helpu i wneud y semen yn hylifol ar ôl hadffrydiad.

## **Pam mae chwarren y prostad yn mynd yn fwy?**

Wrth i ddynion fynd yn hŷn, mae'r prostad yn mynd yn fwy oherwydd Hyperplasia Afalaen y Prostad. Mae hon yn broses arferol wrth fynd yn hŷn. Mae'n effeithio ar 1 o bob 3 dyn dros 50 oed. Nid yw Hyperplasia Afalaen y Prostad yn achosi cancer, mae hyn yn glefyd cwbl wahanol.

## **Beth yw buddion y llawdriniaeth?**

Mae'n gwaredu neu'n agor darnau'r prostad sy'n rhwystro, a gall hyn wella'r swyddogaeth pasio dŵr.

## **Beth yw'r risgiau?**

### **Cyffredin**

Gwaedu dros dro, llosgi ysgafn a phasio dŵr yn aml ar ôl y llawdriniaeth  
Ni chynhyrchir semen o gwbl yn ystod cynhyrriad (anterth sych) mewn oddeutu

75% o'r achosion ar ôl ETWP

20% o'r achosion ar ôl Endoriad Trawswrethrol y Prostad

Efallai na fydd yn lleddfu'r holl symptomau prostadaidd

### **Achlysurol**

Codiadau gwael (Anallu mewn oddeutu 5-10% o'r cleifion)

Haint ar y bledren neu'r arennau y bydd angen gwrthfotigau ar eu cyfer

Gwaedu a fydd angen dychwelyd i'r theatr neu drallwysiad gwaed

Angen ail-wneud y driniaeth o bosib yn nes ymlaen oherwydd ail-rwystro

(10% o'r cleifion)

Os nad yw'r bledren yn gwacau'n dda gall fod angen rhoi cathetr eich hun i wacau'r bledren yn llwyr

Anallu i basio dŵr ar ôl y llawdriniaeth a fydd yn gofyn am roi cathetr wrin.

### **Prin**

Dod o hyd i ganser annisgwyl yn y feinwe a waredir y gall bod angen triniaeth ychwanegol o'i herwydd

Niwed i'r biben ddŵr (wrethra) sy'n achosi creithio

Anymataliaeth dros dro neu barhaol

Gall amsugno'r hylif dyfrhau achosi dryswch, methiant y galon (syndrom Echdyniad Trawswrethrol)

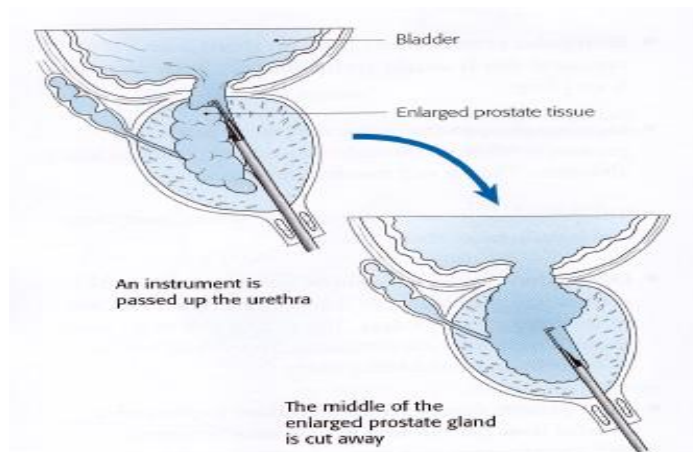
Rhydylliad yn y bledren sy'n galw am gathetr wrinol dros dro, neu llawdriniaeth i'w drin

### **A oes unrhyw driniaethau eraill?**

Aros yn wylidwrus – arsylwi ar eich symptomau wrinol yn unig, meddyginiaeth, cathetr wrinol neu stent y prostad.

### **Beth mae'r llawdriniaeth (ETWP) yn ei olygu?**

Mae'n cynnwys gwaredu darn canol chwarren y prostad sy'n gwasgu'r wrethra – **gweler y diagram isod**. Caiff meinwe'r prostad ei hanfon i'r labordy lle edrychir arni drwy ficrosgop. Mae'r llawdriniaeth yn para tua 30-60 munud fel arfer.



Atgynhyrchir gyda chaniatâd caredig Health Press Ltd, Rhydychen

## **Beth yw Endoriad Trawswrethol y Prostad (ETWP)?**

Mae'r driniaeth hon hefyd yn cael ei hadnabod fel endoriad gwddf y bledren. Gwneir hyn i ddynion sydd â symptomau rhwystro'r wrin ond sydd â phrostat cymharol fach. Mae'r llawdriniaeth yn eithaf cyflym, a gwneir dan anesthetig ac fe gymer oddeutu 20 munud i'w gwneud. Mae'r posibilrwydd o sgil effeithiau ar ôl ETWP yn is nag ar ôl ETWP.

Caiff telesgop a camera eu pasio drwy eich wrethra i'r prostad. Gwneir un neu ddau doriad bach yng ngwddf y bledren a'r prostad yn hytrach na gwaredu meinwe o'r prostad fel yn ystod ETWP. Bydd hyn wedyn yn agor gwddf y bledren a darn yr wrethra sydd yn y prostad gan greu agoriad ehangach er mwyn i chi allu pasio dŵr.

## **Beth sy'n digwydd cyn y llawdriniaeth?**

Cyn eich llawdriniaeth bydd gofyn i chi fynd i Glinig Cyn-Derbyn yr Ysbyty. Mae hyn i wirio eich bod yn iach ar gyfer eich llawdriniaeth. Gofynnir cwestiynau ichi am eich iechyd cyffredinol a chewch rai o'r profion canlynol neu bob un ohonynt: profion gwaed ac wrin, prawf pelydr-X y frest, ac ECG (olrhain y galon). Mae'r rhain yn brofion arferol cyn llawdriniaeth. Bydd cyfle gennych hefyd i ofyn unrhyw gwestiynau.

## **Eich llawdriniaeth**

Byddwch yn cael eich derbyn i'r ward y diwrnod cynt, neu ar fore eich llawdriniaeth. Cewch wybod am hyn yn y clinig cyn-derbyn. Bydd anesthetydd yn eich gweld ar yr adeg hon i drafod eich anesthetig a rheoli poen. Bydd meddyg yn trafod y llawdriniaeth a chymhlethdodau posib unwaith eto, yn ateb unrhyw gwestiynau a allai fod gennych ac yn gofyn i chi arwyddo'r ffurflen gydsynio drachefn.

Gofynnir ichi beidio â bwyta nac yfed unrhyw hylifau nad ydynt yn glir e.e. cawl, llaeth ac ati, am 6 awr cyn eich llawdriniaeth. Gallwch gael hylif clir (dŵr/diod ffrwythau) am hyd at 2 awr cyn y llawdriniaeth. Wedi hyn gofynnir i chi beidio ag yfed unrhyw beth arall. **Os ydych yn ddiabetig yn ddibynnol ar inswlin, bydd angen cyfarwyddyd arbennig arnoch – trafodwch hyn gyda'ch nyrs.**

Cyn i chi fynd i'r theatr gofynnir ichi gael cawod a gwisgo gŵn ysbyty a hosanau arbennig. Mae'r hosanau hyn yn helpu i leihau eich risg o gael ceuladau yn eich coesau. Os ydych yn bryderus a'i fod yn briodol, mae'n bosib y byddwch wedi cael meddyginiaeth i'ch ymlacio (pre-med), bydd hon yn cael ei rhoi i chi ar y ward cyn i chi fynd i'r theatr. Bydd nyrs yn eich hebrwng i'r theatr lle byddwch yn cael eich cludo i'r ystafell anesthetig lle byddwch yn cael eich anesthetig.

### **Beth fydd yn digwydd wedi'r llawdriniaeth?**

Bydd y nyrsys yn gwirio eich pwysedd gwaed, curiad calon, anadlu, poen a faint o ddŵr rydych yn ei basio yn gyson. Wrth i chi ddadebru o'r anesthetig bydd y gwirio'n digwydd yn llai aml.

Rhestrir isod y tiwbiau a'r draeniau fydd gennych o bosib. Peidiwch â phoeni amdany'n nhw, maen nhw yno i roi hylif i chi neu i dynnu hylif i ffwrdd. Fe'u tynnir fel arfer yr un diwrnod neu'r bore wedyn.

- **Arllwysiad mewnythiennol** - (IVI neu ddiferiad) – Caiff caniwla (tiwb plastig tenau) ei roi mewn gwythien yn eich braich a rhoir hylif drwy hwn i wneud yn siŵr na fyddwch yn mynd yn ddadhydredig. Gellir ei ddefnyddio i roi gwrthfotigau, gwaed ac ati yn fewnythiennol. Pan fyddwch yn yfed heb deimlo'n sâl caiff yr IVI ei dynnu.
- **Cathetr wrinol** - caiff cathetr (tiwb) ei roi yn y bledren ar ddiwedd y llawdriniaeth i waredu'r wrin o'r bledren. Bydd gwaed yn yr wrin a ddaw allan o'r cathetr. Bydd hylif clir yn cael ei roi i mewn ac allan o'r bledren drwy'r cathetr, mae hyn yn gwaredu'r gwaed ac yn helpu i atal y gwaed rhag ceulo. Tynnir y cathetr fel arfer y diwrnod ar ôl eich llawdriniaeth as nad oes gwaed yn eich wrin. Os byddwch yn pasio dŵr wedi i'r cathetr gael ei dynnu, cewch fynd adref.

### **Am faint byddaf yn yr ysbyty?**

1-2 ddiwrnod

## **A fydd angen cael apwyntiad olynol?**

Ni fydd angen i bob claf gael apwyntiad arall yn ôl yn y clinig. Os yw eich meddyg yn dymuno eich gweld yn y clinig eto, cewch wybod am hyn.

## **Gwybodaeth am adael yr ysbyty**

**Troethi (Pasio dŵr)** - Gallwch deimlo anghysur wrth basio dŵr am 1 diwrnod neu 2 ar ôl eich llawdriniaeth. Os bydd hyn yn gwaethygu neu fod tymheredd arnoch, neu os yw'ch wrin yn ogleuo'n wael a allai fod yn arwyddion haint wrinol, dylech roi wybod i'ch meddyg teulu gan y gall fod angen gwrthfotigau arnoch.

Anhawster rheoli'r wrin a gollwng wrin, teimlad bod angen gwneud dŵr yn aml. Dylai'r symptomau hyn wella'n araf bach dros 4-8 wythnos ar ôl y llawdriniaeth. Mae'n bwysig cofio po hiraf y bu'r problemau wrinol yno cyn y llawdriniaeth, yr hiraf bydd hi'n cymryd i gael rheolaeth lawn ac arferol o'ch pledren.

Mae'n arferol cael ychydig o waed yn yr wrin am 2-3 wythnos. Oddeutu 10 diwrnod ar ôl eich llawdriniaeth bydd y crachod a ffurfiwyd yn cwmpo o'r prostad a gallwch sylwi ar ychydig o waed yn eich wrin. Bydd hyn fel arfer yn clirio wrth ichi gynyddu maint yr hylifau yr ydych yn eu cymryd. **Os yw'r gwaedu yn drwm neu'n barhaus neu os bydd ceuladau yn dod allan dylech gysylltu â'ch meddyg teulu.**

Yn anaml iawn, gall ceulad flocio'r wrethra a'i gwneud yn amhosib pasio dŵr. Os bydd hyn yn digwydd bydd angen ichi ddod i'r ysbyty lle bydd meddyg yn rhoi cathetr i glirio'r ceuladau. Gall fod angen ichi aros dros nos.

**Coluddyn** - ceisiwch beidio â mynd yn rhwymedig a rhoi straen wrth wacau eich coluddyn, gall hyn achosi gwaedu. I atal rhwymedd sicrhewch fod digon o ffeibr yn eich diet (grawnfwyd, bara brown, bran), yfych 8 cwpan o hylifau'r dydd a gwnewch ymarfer corff yn rheolaidd.

**Ymarfer corff** – osgowch godi pethau, straenio, ymarfer corff dwys, neu feicio am tua 6 wythnos ar ôl eich llawdriniaeth i allu gwella.

**Dylech allu dychwelyd i weithgareddau arferol o fewn 4 wythnos.**

**Gyrru** - Byddwch yn gallu gyrru ar ôl tuag wythnos ond dylech geisio osgoi teithiau hir am tua 6 wythnos. Gwiriwch hyn gyda'ch cwmni yswirio gyntaf.

**Rhyw** - Dylech allu cael rhyw 2-3 wythnos ar ôl llawdriniaeth. Y sgil effaith hirdymor fwyaf cyffredin ETWP yw alldaflad ôl-redol (anterth sych). Mae'r semen yn mynd i'r bledren yn hytrach na dod allan drwy'r pidyn. Ni ddylai hyn effeithio ar eich teimlad nac ar eich gallu i gael rhyw, ond bydd gan 1 allan o 10 dyn godiad gwannach yn dilyn ETWP. Os yw hyn yn broblem, dylech drafod hyn gyda'ch meddyg.

### **Meddyginiaethau i fynd â nhw adref**

Dylech barhau i gymryd eich meddyginiaethau arferol oni bai y cewch gyngor fel arall. Nid oes angen meddyginiaethau eraill yn dilyn y llawdriniaeth hon fel arfer. Bydd eich nyrs yn trafod hyn gyda chi.

### **Os oes gennych gwestiynau neu bryderon, mae rhifau cyswllt y wardiau Wroleg a'r nyrsys Wroleg isod:-**

#### **Wardiau Wroleg:-**

D5 Gorllewin:- 01633 – 234040 / 234041 ( 24 awr )

#### **Ward Dydd Wroleg:-**

Rhif Ffôn:- 01633 – 656378 / 656377  
Llun – Gwener, oriau swyddfa

#### **Adran Cleifion Wroleg Allanol:-**

Rhif Ffôn:- 01633 – 234979  
Llun – Gwener, oriau swyddfa

Janet Marty, Nyrs Wro-oncoloeg Arbenigol:-  
Rhif Ffôn:- 01633 – 656143  
Llun – Gwener, oriau swyddfa

Maureen Hunter, Ymarferydd Nyrsio Wroleg:-  
Rhif Ffôn:- 01633 – 234758  
Llun – Gwener, oriau swyddfa

Julie Simpson, Nyrs Wro-oncoleg Arbenigol:-  
Rhif ffôn:- 01633–238976/01873–732081  
Llun – Gwener, oriau swyddfa

Stef Young, Ymarferydd Nyrsio Cyn-dderbyn:-  
Rhif Ffôn:- 01633–234533  
Llun – Gwener, oriau swyddfa

**Cyfeiriadau:**

(1) British Association of Urological Surgeons (2004) Procedure Specific Consent Forms for Urological Surgery

(2) Tanagho E A McAninch J W 2003. Smiths General Urology

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