

Gwybodaeth am Bryd a Sut i gymryd Sampl Wrin

Yr Adran Atal a Rheoli Heintiau

Taflen gyngor i Weithwyr Gofal Iechyd

Beth yw Haint y Llwybr Wrinol?

Haint y llwybr wrinol (UTI) yw'r ail fath mwyaf cyffredin o haint yn y corff. Mae menywod yn fwy tebygol o gael UTI er bod y cyflwr hefyd yn effeithio ar ddynion.

Y llwybr wrinol yw'r grŵp o organau mewnol sy'n gwneud, cludo, storio a gwaredu wrin o'r corff. Mae'r rhain yn cynnwys yr arennau, yr wreter (tiwb sy'n cario wrin o'r arennau i'r bledren), y bledren a'r wrethra (tiwb sy'n cario wrin o'r bledren i'r tu allan i'r corff).

Y rhan fwyaf cyffredin o'r llwybr wrinol i gael haint yw'r bledren. Gelwir yr haint yma yn "systitis".

Bacteria sy'n achosi'r rhan fwyaf o UTI. Gall burum a ffwng fod yn achosion eraill. Fel arfer, bydd y corff yn cael gwared ar y bacteria wrth droethi, ond efallai na fydd hyn yn digwydd bob amser.

Gall symptomau UTI gynnwys:

Teimlad o losgi wrth basio wrin.

Awydd cryf i basio wrin yn aml hyd yn oed pan fo ychydig iawn i'w basio.

Wrin aneglur, tywyll neu wedi'i staenio gyda gwaed.

Wrin sy'n aroglu'n ddrwg.

Poen yn eich cefn neu ran isaf eich abdomen.

Dryswch (yn enwedig yn yr henoed).

Pryd i gael sampl wrin

- **PEIDIWCH AG ANFON SAMPLAU WRIN MEWN CLEIFION ASYMPTOMATIG SYDD Â FFYN DIPIO CADARNHAOL**
- Dim ond os oes gan y claf ddau symptom neu fwy e.e. pyrecsia o dros 38° neu anymataliaeth newydd
- **Peidiwch â** thrin bacteriuria asymptomatig yn yr henoed gan ei fod yn gyffredin iawn
- Nid yw trin yn lleihau marwolaethau neu episodau symptomatig, ond yn cynyddu ymwrthedd i wrthfotigau a sgil-ffeithiau eraill

Cleifion â Chathetr Wrinol

- **Peidiwch â** thrin bacteriuria asymptomatig yn y rhai sydd â chathetr mewnol, gan fod bacteriuria yn gyffredin iawn a bod gwrthfotigau'n cynyddu sgil-ffeithiau ac ymwrthedd i wrthfotigau.
- Nid yw triniaeth yn lleihau marwolaethau nac yn atal episodau symptomatig, ond yn cynyddu sgil-ffeithiau ac ymwrthedd i wrthfotigau.
- Dim ond anfon wrin i'w brofi mewn cleifion â chathetr os oes nodweddion haint systematig

Fodd bynnag, rhaid bob amser:

- Diystyru ffynonellau eraill o haint.
- Sicrhau bod y cathetr yn draenio'n gywir ac nad yw wedi'i rwystro.
- Ystyried yr angen am gathetreiddio parhaus.
- Os yw'r cathetr wedi bod ar waith am fwy na 7 diwrnod, ystyriwch ei newid cyn/wrth ddechrau triniaeth wrthfotig.
- **Peidiwch â** rhoi proffylacsis gwrthfotig ar gyfer newidiadau cathetr oni bai bod hanes o UTI symptomatig oherwydd newid cathetrau

Pryd arall y dylid cymryd sampl wrin?

- Bechiogrwydd: Os yw'n symptomatig, ar gyfer ymchwilio i UTI posibl. At ei gilydd yn ystod yr ymweliad cynenedigol 1af - gan fod bacteriuria asymptomatig yn gysylltiedig â pyelonephritis a chyflwyno'n gynamserol.
- Pyelonephritis posibl (poen a thwymyn croth).
- UTI posibl mewn dynion.
- Triniaeth wrthfotig wedi methu neu symptomau parhaus. Mae E. coli gydag ensymau sbectrum estynedig Beta-lactos (ESBL) sy'n cynyddu yn y gymuned.
- UTI rheolaidd, annormaleddau llwybr cenhedlol, nam ar yr arennau yn fwy tebygol o fod â straen gwrthiannol.

Sut mae cael sampl wrin?

- Y nod yw cael sbesimen (sampl) o wrin o ganol y bledren. Mae wrin fel arfer yn ddi-haint (ddim yn cynnwys unrhyw facteria). Sampl canol ffrwd (MSU) sydd orau gan y gallai'r llyf cyntaf o wrin sy'n cael ei basio gael ei halogi â bacteria o'r croen.
- Cyn cael MSU, rhwch wybod i'r claf i olchi ei ddwylo. Nid oes angen glanhau'r ardal genynnol.
- Glanhau gyda antiseptig yn arwain at negatifau ffug
Gorau po gyntaf y rhoddir y sampl i mewn i feddygfa, neu i'r labordy. O fewn dwy awr sydd orau. Os nad yw hynny'n bosibl, rhwch y sampl yn yr oergell nes i chi fynd ag ef at y meddyg neu'r labordy. Mae canlyniad prawf wrin canol ffrwd yn cymryd 2-3 diwrnod.

Cyngor i gleifion ar sut i ddarparu sbesimen wrin

- Menywod - daliwch eich labia ar agor (mynedfa i'r niwina).
- Dynion - tynnwch eich blaengroen yn ôl.
- Pasiwch ychiled i mewn i'r toiled.
- Yna, heb atal llif wrin, daliwch rywfaint o wrin yn y botel sterilaidd.
- Unwaith y bydd gennych ddigon o wrin yn y botel, gorffennwch fynd heibio gweddill eich wrin i'r toiled.

Peidiwch ag agor y botel sterilaidd nes eich bod yn barod i gymryd y sampl. Nid oes angen i chi lenwi'r botel i'r brig, bydd maint bach yn ddigon. (Mae rhai poteli enghreifftiol yn cynnwys cadwr. Os felly, bydd marc ar y botel yn dangos y swm delfrydol o wrin. Fodd bynnag, os yw hynny'n anodd, mae unrhyw swm yn well na dim.)

Ceisiwch osgoi cyffwrdd ag unrhyw ran o'ch organau rhywiol gyda'r botel, gan y bydd hyn yn cynyddu'r risg o halogiad. Rhowch y cap yn ôl ar y cynhwysydd.

- Dywedwch wrth y claf i olchi ei ddwylo.

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