Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan
University Health Board

Llawdriniaeth Cywiro'r Trwyn

Cyngor i Achosion Dydd wrth iddynt Adael yr Ysbyty

Cyngor i Achosion Dydd wrth iddynt Adael yr Ysbyty wedi Llawdriniaeth Cywiro'r Trwyn

Gan eich bod wedi cael anesthetig cyffredinol heddiw dylech fwyta bwyd ysgafn ac osgoi diodydd pigog am y diwrnod fel nad ewch yn sâl. Dylech fynd adref yn syth o'r ysbyty ac ymlacio heddiw ac yfory. Byddwch yn derbyn galwad cwrteisi gan yr uned yfory.

Gweithgareddau dyddiol:
Argymhellir eich bod yn cymryd pythefnos oddi ar eich gwaith ar ôl y llawdriniaeth. Peidiwch ag ymarfer na defnyddio peiriannau trwm yn ystod y cyfnod hwn. Mae modd rhoi nodyn salwch i chi os gofynnwch am un cyn gadael yr ysbyty. Fe'ch cynghorir hefyd i gadw draw o leoedd myglyd a lleoedd prysur fel nad ydych yn dal heintiau.
Peidiwch â chael diodydd, prydau, bath na chawod boeth sy'n stemio, a hynny am wythnos, fel nad ydych yn cael gwaedlyn. Fe'ch cynghorir hefyd i beidio â chwythu'ch trwyn, ac i disian gyda'ch ceg yn agored yn ystod y cyfnod hwn, am yr un rheswm. Ceisiwch dorri'n ôl ar ysmygu neu roi'r gorau iddi gan y bydd hyn yn cael effaith ar allu'r corff i iacháu ac yn cyfrannu at symptomau parhaus yn y trwyn. Gall staff roi manylion grŵp cefnogi i chi er mwyn eich helpu i roi'r gorau iddi.

Poen:
Mae'n arferol cael poen am hyd at 48 awr wedi'r llawdriniaeth. Byddwch yn cael meddyginiaeth sy'n lleddfu'r boen i fynd adref gyda chi a rhaid ei chymryd yn rheolaidd. Bydd staff nyrsio'n trafod y feddyginiaeth gyda chi cyn i chi adael yr ysbyty. Os bydd y boen yn eich trwyn yn gwaethygu neu flaen y trwyn yn mynd yn boenus neu'n chwyddo, cysylltwch â'r ysbyty am gyngor.

Clwyf:
Efallai y bydd llif gwaedlyd a dyfriog yn dod o'ch trwyn. At hyn, bydd eich trwyn yn teimlo fel pe bai wedi cau oherwydd y chwyddo yn sgil y llawdriniaeth. Mae hyn yn rhan arferol o'r broses iacháu a gallai barhau am bedair wythnos. Os bydd gwaedu, gwasgwch flaen cnawdol eich trwyn, pwyso ymlaen a rhoi iâ ar eich trwyn. Os na

fydd y gwaedu'n peidio ar ôl 30 munud, ewch i'ch adran damweiniau ac achosion brys agosaf.
Gallai crawennau a chrachod ddatblygu y tu mewn i'ch trwyn. Peidiwch â phigo'r rhain gan y gallai hyn beri i'ch trwyn waedu a chael effaith ar y broses iacháu. Efallai y cewch eich cynghori i olchi'ch trwyn gyda dŵr a halen a chewch gyngor gan staff ar hyn a rhagor o wybodaeth i fynd adref gyda chi. Efallai y bydd gennych bwythau y tu mewn i'ch trwyn. Mae'r rhain yn toddi ac nid oes angen eu tynnu. Os oes gennych becyn cotwm nad yw'n toddi y tu mewn i'ch trwyn bydd staff yn eich cynghori ar ffyrdd i'w annog i doddi.

Camau dilynol:
Fel arfer, bydd angen i chi ddod i'r clinig 6-8 wythnos wedi'r llawdriniaeth oni bai fod eich llawfeddyg wedi dweud fel arall wrthych. Caiff yr apwyntiad hwn ei bostio atoch.

GWYBODAETH AM ADAEL YR ADRAN DAMWEINIAU AC ACHOSION BRYS

Cyn 18:00: Cysylltwch â'r Uned Llawdriniaeth Ddydd ar 01633 234199 / 01633 234196

Ar ôl 18:00/dros nos: Cysylltwch â'ch meddyg teulu neu'r Uned Asesu Lawdriniaethol C0 ar 01633 493926

Pe ceid argyfwng, ewch i'ch adran Damweiniau ac Achosion Brys agosaf

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