Trawsgysylltu'r Gornbilen

Gwybodaeth/Cyngor ar ôl triniaeth

Beth yw Trawsgysylltu'r Gornbilen?
Mae'n driniaeth a wneir i drin keratoconus, cyflwr lle mae'r gornbilen yn teneuo ac yn chwyddo i siâp côn. Mae'r newid hwn i'r siâp yn ystumio ac yn cymylu eich golwg. Mae hon yn driniaeth a gynhelir yn ystod y dydd, ac fe'i gwneir fel arfer o dan anesthetig lleol neu gyffredinol.

A fydd poen wedyn?
Bydd lens gyswllt amddiffynnol yn cael ei rhoi yn y llygad a gafodd y driniaeth ar ôl y weithdrefn, er mwyn lleihau anghysur ac amddiffyn wyneb eich llygad. Mae'n normal i'r llygad fod yn boenus am o leiaf 2-3 diwrnod. Byddwch yn cael diferion llygaid sy'n gwneud yn llygad yn ddi-deimlad i fynd adref gyda chi, i helpu i leddfu eich poen. Gellir cymryd meddyginiaethau lleddfu poen trwy'r geg hefyd, a byddwch yn cael cyngor ynghylch sut a pha mor aml i'w defnyddio, ac yn cael gwybod beth yw'r dos uchaf y gallwch ei chymryd o fewn cyfnod o 24 awr.

Adferiad arferol:
- Anghysur: 2-3 diwrnod
- Golwg yn gymylog ac yn aneglur: 1-2 wythnos (weithiau'n hirach).
- Adferiad gweledol: 1-3 mis, er bod sefydlogrwydd fel arfer yn cael ei asesu ar ôl 6-12 mis.

Sut i ddefnyddio eich diferion llygaid?
- Golchwch eich dwylo cyn rhoi'r diferion i mewn.
- Os yw'n anodd i chi agor eich llygaid i gael y diferion llygaid i mewn, gallwch chi neu berthynas dynnu eich amrant isaf i lawr yn ofalus i greu 'poced'.
- Yna gellir rhoi'r diferion llygaid yn uniongyrchol yn y boced.
- Cymerwch ofal mawr i beidio â chyffwrdd â'r llygad wrth roi eich diferion i mewn.
- Mae'n arferol i'r diferion losg wrth eu rhoi i mewn.

Beth i'w ddisgwyl a sut i ofalu am eich llygad ar ôl Trawsgysylltu?
Efallai y byddwch yn sylwi bod amrant y llygad a gafodd y driniaeth yn chwyddo ychydig ar ôl y driniaeth. Mae hyn yn normal a bydd yn gwella'n raddol dros y 2-3 diwrnod nesaf. Os bydd eich amrant yn glynu wrth ei gilydd neu'n mynd yn ludiog, golchwch ef â dŵr wedi'i ferwi sydd wedi oeri a hances bapur lân neu bad cotwm. Byddwch yn ofalus i beidio â chyffwrdd â'r llygad ei hun.

Pethau i'w gwneud a phethau i beidio â'u gwneud:

- Mae'n bwysig peidio â rhwbio eich llygaid.
- Mae'n well mynd adref a gorffwys, bwyta ac yfed fel arfer, yn ogystal â pharhau i gymryd unrhyw feddyginiaethau rydych chi'n eu cymryd fel arfer.
- Rydym yn argymell yn gryf osgoi defnyddio colur llygaid am 1-2 wythnos.
- Peidiwch â rhoi'r lens gyswllt amddiffynnol yn ôl yn eich llygad os yw'n syrthio allan.
- Peidiwch â gadael i ddŵr na sebon fynd i mewn i'ch llygad.
- Dim nofio, na defnyddio twb poeth, sawna nac ystafell stêm am 6 wythnos.

Er gwybodaeth:
- Peidiwch â gwneud unrhyw weithgaredd egnïol yn ystod y pythefnos cyntaf.
- Rydym yn awgrymu eich bod yn cymryd yr wythnos gyntaf i ffwrdd o'r gwaith neu'r ysgol; gallwch hunan-ardystio ar gyfer y cyfnod hwn. Os oes angen wythnos arall i ffwrdd arnoch, siaradwch â'r llawfeddyg ymgynghorol yn ystod yr ymweliad dilynol cyntaf.
- Mae'n debygol y bydd eich llygad a gafodd lawdriniaeth yn sensitif i olau, felly gwisgwch sbectol haul os gwelwch fod hynny'n helpu.

Meddyginiaeth i'w chymryd adref:
Rydym yn awgrymu eich bod yn dechrau defnyddio'r diferion llygaid ar ddiwrnod y driniaeth, ac yna'n eu defnyddio'n rheolaidd yn unol â'r cyfarwyddiadau.

Rhowch nhw yn y llygad/ llygaid a gafodd lawdriniaeth yn y drefn ganlynol:
1. **Gwrthfiotig:** Diferion llygaid Chloramphenicol 1% PF - un diferyn, 4 gwaith y dydd am 7 diwrnod.
2. **Steroid**: Diferion llygaid Dexamethason 0.1% PF - un diferyn bob 2 awr am y 2 ddiwrnod cyntaf, yna 4 gwaith y dydd am y 5 diwrnod canlynol.
3. **Jeli iro:** Diferion llygaid iro Hylo Tears 0.1% PF: 1-2 diferyn bedair gwaith y dydd neu fwy os oes angen.
4. **Cycloplegic:** Cyclopentolate 1% PF un diferyn 3 gwaith y dydd am 3 diwrnod.

Arhoswch o leiaf 5 i 10 munud rhwng rhoi'r diferion llygaid.

Er nad yw'n debygol y byddwch yn datblygu unrhyw gymhlethdodau, byddwch yn wyliadwrus a chadw llygad am symptomau anarferol. Os byddwch yn datblygu unrhyw un o'r canlynol, defnyddiwch y manylion cyswllt isod:
- Poen gynyddol nad oes modd ei leddfu.
- Mwy o gochni.
- Rhedlif gludiog.
- Colli golwg yn sydyn.

Manylion cyswllt:

Leonora Aldovino - Uwch Ymarferydd Clinigol mewn Offthalmoleg neu Dîm y Clinig Llygaid Brys: **Rhif Ffôn:** 01633-238856; **Yn ystod yr wythnos:** (09.00am - 05.30pm)

Y Tu Allan i Oriau /Penwythnos : Meddyg ar alwad trwy switsfwrdd BIPAB: 01633-234234

I gael cyngor - **E-bostiwch:** EmergencyEyeClinic.abb@wales.nhs.uk

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