GIG CYMRU NHS WALES | Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan University Health Board

Gwybodaeth i Gleifion

Syndrom Llygad Sych

Uned Llygaid

Beth yw syndrom llygad sych?

Anallu i greu dagrau digonol o safon dda yw syndrom llygad sych.

Prif swyddogaethau dagrau yw:

- Cadw'r llygad yn llaith
- Atal ffrithiant rhwng y llygaid a'r amrannau
- Golchi deunyddiau estron i ffwrdd, megis llwch
- Helpu i atal llid

Os ydych wedi derbyn diagnosis llygaid sych, ni fydd y swyddogaethau a restrir uchod yn gweithio'n iawn.

Mae amodau gwaith llychlyd a gwres canolog yn ddwy enghraifft o bethau all waethygu'r cyflwr hwn.

Beth yw symptomau syndrom llygad sych?

Crafu a theimlad bod rhyw fath o grut yn eich llygad. Efallai y bydd yn cosi neu'n llosgi, neu'n achosi anghysur neu boen.

Efallai y bydd y llygaid yn dyfrhau gan nad yw ansawdd y dagrau'n ddigon da. Yn aml, bydd y llygaid yn edrych yn gwbl normal.

Triniaeth

Dropiau dagrau ffug yw'r brif driniaeth. Bydd angen defnyddio'r rhan fwyaf o'r dagrau ffug hyn mor aml ag sy'n ofynnol i gadw'r llygad yn gyffyrddus. Gall y dropiau fod mor aml â phob awr neu gyn lleied â 6 gwaith y dydd, yn dibynnu ar eich anghenion.

Gan nad yw'n ymarferol defnyddio'r dropiau dros nos, efallai y defnyddir eli iro yn ystod y nos, er mwyn i'r llygaid fod yn gyffyrddus wrth i chi gysgu.

Gwneud i'r llygaid deimlo'n gyffyrddus yw diben y dropiau - ni fyddant ynddyn nhw'u hunain yn eich iachau o'r syndrom.
Bydd gofyn i chi eu defnyddio drwy'r amser.

Mewn achosion prin, pan fo'r dropiau ar eu pen eu hunain ddim yn ddigonol, gellir ystyried mathau eraill o driniaeth.

Gellir prynu rhai mathau o ddagrau ffug yn y fferyllfa, ac efallai y bydd hyn yn fwy cyfleus na chael presgripsiwn gan eich meddyg.

O ble caf ragor o gyngor?
Os oes angen rhagor o wybodaeth arnoch cysylltwch ag:-

Adran Cleifion Allanol Llygaid:-
Rhif ffôn. Ffôn:- 01633 656268
Rhwng 8.30am a 5.00pm

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