

Gwybodaeth i Gleifion Yr Eryr Offthalmig (Herpes Zoster Offthalmig)

Uned Llygaid

Yr Eryr - a sut i'w drin...

Sut mae'r Eryr yn edrych?

Bydd brech o bothelli wedi ffurfio ar un ochr o'ch wyneb, a all gynnwys croen y pen, eich talcen, eich trwyn a'ch boch. Bydd y pothelli hyn yn sychu'n grachenni o fewn 3-4 diwrnod. Gall eich amrantau chwyddo'n sylweddol ac efallai na fyddwch yn gallu eu hagor am rai diwrnodau. Gall y chwyddo weithiau ledaenu i ochr arall y wyneb, ond mae'r frech yn dueddol o aros ar un ochr o'r wyneb. Gall yr Eryr ar y wyneb weithiau effeithio ar belen y llygad, gan ei gwneud yn goch a dolurus a gwneud eich golwg yn aneglur.

A yw'n boenus?

Mae'n bosib y byddwch wedi profi poen a phinnau bach ar groen y pen a'r talcen cyn i'r pothelli ffurfio. Mae'r boen weithiau'n ddifrifol a gall bara am nifer o wythnosau, hyd yn oed ar ôl i'r frech ddiflannu. Mae'n bosib y byddwch yn teimlo'n ddiegni ac yn colli chwant bwyd.

Pryd bydda i'n dechrau teimlo'n well?

Fel arfer mae pobl yn dechrau teimlo'n well ar ôl pythefnos, ond gall gymryd yn hirach os yw eich Eryr yn ddifrifol iawn.

Sut gwnes i ei ddal?

Byddwch wedi cael brech yr ieir yn y gorffennol. Mae'r firws a achosodd hyn wedi aros yn anweithredol mewn nerf ers hynny. Nawr mae wedi dod yn ôl fel yr Eryr.

Allaf i gael yr Eryr eto?

Gallech. Mae'n bosib cael yr Eryr am yr eildro, ond nid yw hynny'n gyffredin iawn.

Sut mae ei drin?

Ar gamau cynnar haint gall tabledi sy'n ymladd y firws helpu i leihau ei difrifoldeb. Gallai fod angen i chi gymryd poen-laddwyr yn rheolaidd hefyd tan fod y boen yn cilio. Os ydyw wedi effeithio ar belen y llygad bydd angen diferion a/neu eli llygad arnoch.

Gallech deimlo'n ddiegni iawn, a byddwch yn teimlo'n waeth os ydych wedi dadhyradu, felly mae'n bwysig i chi yfed llawer.

Bydd y crachenni'n cwmpo bant ar ôl cyfnod o bythefnos. Peidiwch â'u pigo neu gallech gael haint facteriol.

O bryd i'w gilydd mae rhai pobl yn profi pinnau bach/poen yn yr ardal yr effeithiwyd arni hyd yn oed ar ôl i'r frech gilio. Gall hyn gael ei drin gan dabledi y gall eich meddyg teulu eu rhagnodi. Weithiau bydd creithiau i'w gweld ar ôl i'r crachenni gwmpo bant.

Peidiwch â dod i gysylltiad ag unrhyw un sydd **heb gael** brech yr ieir tra eich bod ar y cam pothelli. Peidiwch â dod i gysylltiad ag unrhyw un sy'n feichiog.

Peidiwch â rhannu tywelion na chlustogau gydag unrhyw un.

Ble gallaf i gael rhagor o gyngor?

Os oes angen rhagor o wybodaeth arnoch cysylltwch â'r:-

Clinig Llygaid Brys ar:-

Rhif ffôn:- 01633 238856

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