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

Gwybodaeth i Gleifion
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 eich pen, eich talcen, eich trwyn a'ch boch. Bydd y pothelli hyn yn sychu'n grachod o fewn 3 – 4 diwrnod. Gall eich amrannau chwyddo'n fawr ac efallai na fyddwch yn gallu eu hagor am ychydig ddyddiau. Weithiau, gall y chwydd ledaenu i ochr arall yr wyneb, ond bydd y frech yn tueddu i aros ar un ochr yr wyneb. Weithiau, gall eryr ar yr wyneb effeithio ar belen y llygaid, gan ei gwneud yn goch, yn ddolurus a gan achosi golwg aneglur.

A yw'n boenus?

Efallai eich bod wedi profi poen neu binnau bach ar groen eich pen neu ar eich talcen cyn i'r pothelli ffurfio. Weithiau, mae'r boen hon yn ddifrifol, ac mae'n arferol i'r boen barhau am sawl wythnos, hyd yn oed ar ôl i'r frech ddiflannu. Efallai y byddwch hefyd yn teimlo'n flinedig iawn ac yn colli archwaeth.

Pa bryd y byddaf yn dechrau teimlo'n well?

Fel arfer, byddwch yn dechrau teimlo'n well ar ôl y bythefnos gyntaf, ond efallai y bydd yn cymryd yn hirach os yw eich eryr yn ddifrifol iawn.

Sut wnes i ei ddal?

Byddwch wedi cael brech yr ieir yn y gorffennol. Mae'r feirws sydd wedi achosi hyn wedi aros yn anactif mewn nerf ers hynny. Nawr, mae wedi dychwelyd fel eryr.

A allwn i gael yr Eryr eto?

Gallech. Mae'n bosibl cael pwl arall er ei fod yn anghyffredin.

Sut mae'n cael ei drin?

Yng nghyfnodau cynnar yr haint, gall tabledi i ymladd y feirws helpu i leihau'r difrifoldeb. Efallai y bydd angen i chi gymryd tabledi lleddfu poen yn rheolaidd hefyd nes bod y boen yn lleihau. Os yw'r llygad wedi'i heffeithio, bydd angen diferion llygaid a/neu eli arnoch yn benodol ar gyfer hyn.

Efallai y byddwch yn teimlo'n hynod flinedig, ac os byddwch yn dod yn ddadhydredig, byddwch yn teimlo'n waeth, felly mae'n bwysig yfed llawer o hylif.

Bydd y crachod yn cwympo i ffwrdd dros gyfnod o bythefnos. Ceisiwch osgoi eu pigo neu gall haint bacteriol ddigwydd.

Weithiau, bydd rhai pobl yn cael eu heffeithio gan binnau bach/poen yn y man yr effeithir arno, hyd yn oed ar ôl i'r frech ddiflannu. Gellir trin hyn gyda thabledi y gall eich Meddyg Teulu eu rhagnodi. Weithiau, gall creithiau aros ar ôl i'r crachod ddiflannu.

Os bydd eich llygad yn dod yn goch, ac rydych yn dechrau cael golwg aneglur, ewch i weld eich optegydd lleol i gael archwiliad.

Peidiwch â dod i gysylltiad ag unrhyw un **nad yw** wedi cael brech yr ieir tra eich bod yn y cyfnod pothellog. Ceisiwch osgoi cysylltiad ag unrhyw un sy'n feichiog.

Peidiwch â rhannu tyweli na chlustogau ag unrhyw un.

Lle gallaf gael cyngor pellach?

Os oes angen gwybodaeth neu gyngor pellach arnoch, cysylltwch â'r

Clinig Llygaid Brys ar:
Rhif ffôn: - 01633 – 238856

Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg.