



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan
University Health Board

Triniaeth Thromboproffylaccis Estynedig yn dilyn Llawdriniaeth ar yr Abdomen mewn Oedolion

Cyngor i gleifion a'u Teuluoedd/Gofalwyr
Adran Llawfeddygaeth Gyffredinol

Beth yw Thromboemboledd Gwythiennol?

Mae cyflwr a elwir yn thromboemboledd gwythiennol yn digwydd pan fydd clotiau gwaed yn ffurfio yn y coesau (thrombosis gwythiennol dwfn) neu'r ysgyfaint (emboledd ysgyfeiniol). Gall hyn ddigwydd ar ôl llawdriniaeth, cyfnodau estynedig o orwedd yn y gwely, neu mewn pobl â chyflyrau penodol fel gwahanol fathau o ganser. Dangosodd astudiaethau'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ymchwil Iechyd a Gofal (NIHR) a'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth Glinigol (NICE) y gall Fragmin helpu i atal clotiau gwaed yn enwedig felly ar ôl llawdriniaethau canser. Mae'r ysbyty yn darparu chwistrelliadau am gyfnod penodol. Mae'n hanfodol gorffen y cwrs llawn o Fragmin, hyd yn oed os byddwch yn cael eich rhyddhau o'r ysbyty. **Beth yw Fragmin (Dalteparin)?**

Defnyddir Fragmin ar gyfer atal ffurfio clotiau gwaed (Thromboemboledd Gwythiennol) neu i atal hynny rhag aiddigwydd mewn oedolion dros 18 oed. Mae'n helpu i leihau'r siawns y bydd clotiau gwaed yn ffurfio, trwy deneuo'r gwaed.

Ni ddylech gael Fragmin os oes gennych:

- Alergedd neu alergedd posibl i latecs (rwber naturiol)
- Wlserau stumog actif
- Gwaedlif yr ymennydd (gwaedu yn eich ymennydd), unrhyw anaf neu unrhyw anhwylderau gwaedu
- Amhariad sylweddol ar yr iau (ceisiwch gyngor os oes annormaleddau bach ym mhroffion gweithrediad yr iau)
- Lefelau isel o blatennau yn eich gwaed
- Endocarditis lled-acíwt
- Os ydych o dan 18 oed

Gofynnwch i'ch meddyg os nad ydych yn siŵr.

Sut bydd y pigiad Fragmin yn cael ei roi i chi?

Mae faint o Fragmin y byddwch yn ei gael yn dibynnu ar faint rydych chi'n pwyso. Er y bydd meddyg neu nyrs weithiau'n rhoi'r pigiad, efallai y byddwch yn cael cyfarwyddiadau ar sut i'w wneud eich hun gartref neu'n cael eich dysgu sut i'w wneud. Caiff ei chwistrellu o dan y croen (yn isgroenol). Rhoddir y pigiad ym mhlyg y croen ar yr abdomen (stumog) neu ar ochr allanol y glun, unwaith y dydd fel arfer. Dim ond ar ôl i chi dderbyn cyfarwyddyd gan feddyg neu nyrs y dylech chi wneud hyn.

Sut i Chwistrellu

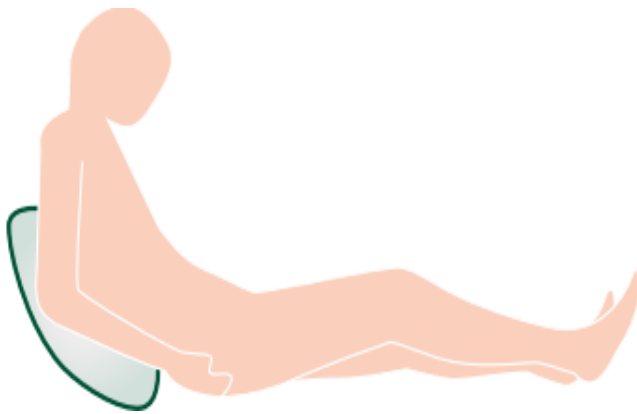
Cam 1: Dewis a pharatoi'r ardal isgroenol ar gyfer chwistrellu

Fel arfer caiff ei chwistrellu i blyg y croen yn eich abdomen (stumog), neu ar ochr allanol eich clun.

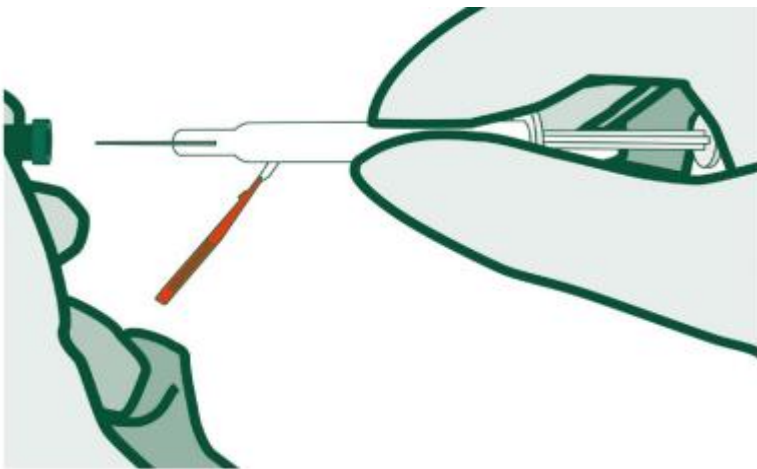
- Defnyddiwch safle gwahanol bob tro fyddwch chi'n chwistrellu
- Peidiwch â chwistrellu i ardaloedd lle mae'r croen yn dyner, wedi cleisio, yn goch, neu'n galed. Osgowch ardaloedd sydd wedi creithio
- Golchwch a sychwch eich dwylo
- Gwnewch yn siŵr bod ardal y croen lle byddwch yn chwistrellu yn lân



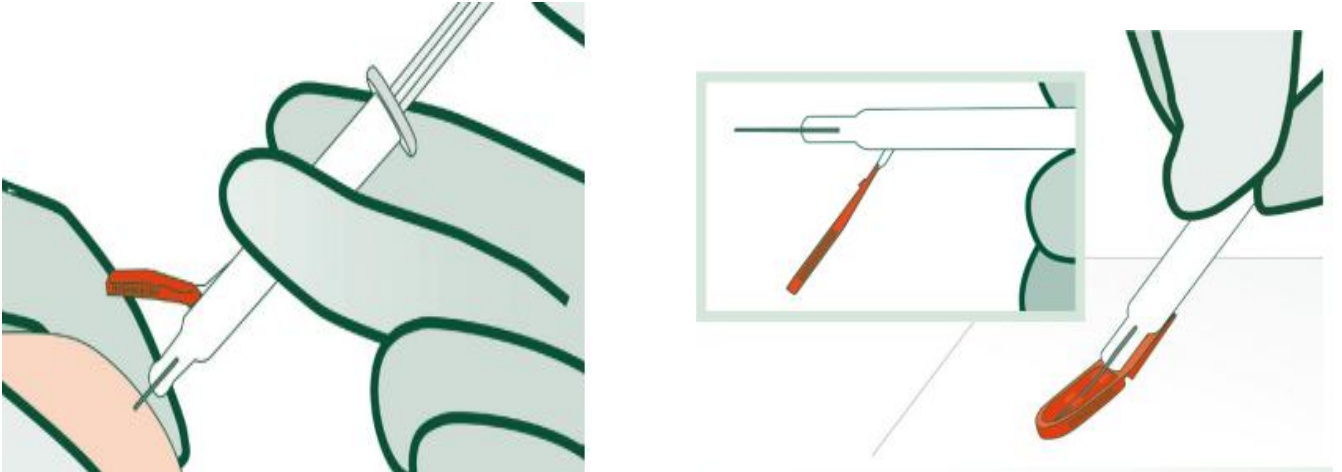
Cam 2: Eisteddwch mewn safle cyfforddus lle gallwch weld eich bol



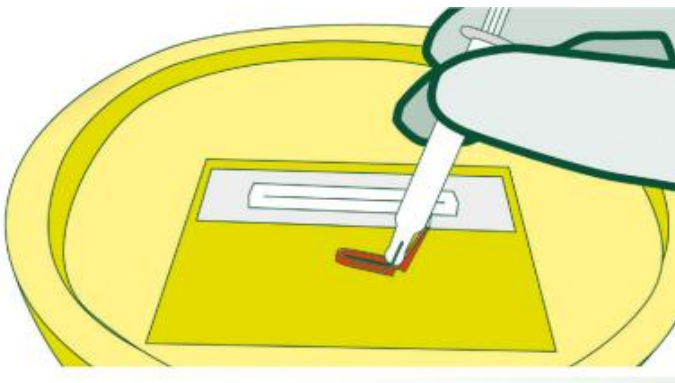
Cam 3: Codwch y chwistrell. Tynnwch y gorchudd rwber llwyd yn syth i ffwrdd. Fe welwch fod swigen aer yn y chwistrell. Mae hwn i fod yno a gallwch ei anwybyddu.



Cam 4: Daliwch y chwistrell uwchben y croen sydd wedi plygu (y croen sydd wedi'i binsio) a'i chadw ar ongl sgwâr fel y gwelir yn y llun isod. Gwthiwch i mewn i'r croen nes bod y nodwydd i mewn yn llwyr, gwasgwch y gwthiwr i lawr, yna rhyddhewch blyg y croen a thynnwch y nodwydd allan. Os oes unrhyw waed yn diferu o safle'r pigiad, rhwch bwysau ysgafn arno. Peidiwch â rhwbio'r safle gan y gallai hyn achosi cleisio. Yna gwthiwch y nodwydd yn erbyn arwyneb caled er mwyn iddo fynd i lawr i'r trap nodwydd; dylech glywed sŵn clicio pan fydd y nodwydd yn cyrraedd y trap. Mae angen gwneud hyn er mwyn atal anafiadau o'r nodwydd.



Cam 5: Gwaredu'r chwistrell a'r nodwydd mewn blwch eitemau miniog. Cadwch eich blwch eitemau miniog allan o gyrraedd pobl eraill. Ar ôl i'r cyfnod chwistrellu ddod i ben, ffoniwch **03001 239208** i drefnu bod rhywun yn casglu'r blwch eitemau miniog.



Sut i storio Fragmin: Cadwch y feddyginiaeth o olwg a chyrraedd plant. Ar ôl agor, argymhellir ei defnyddio ar unwaith.

Ymwybyddiaeth o Ddigwyddiadau Niweidiol

Mae'r sgîl-ffeithiau posibl yn cynnwys adwaith ar safle'r chwistrelliad (poen, chwyddo, cleisio) sy'n bethau sydd yn digwydd yn gyffredin.

Pryd dylid ceisio sylw meddygol:

- Cleisio neu chwyddo anarferol
- Gwaedu am gyfnod hir fel gwaedu o glwyfau, gwaedlif y trwyn, pesychu neu chwydu gwaed a gwaed yn yr wrin neu'r carthion, neu garthion du, tarllyd
- Adwaith alergaidd- o frechu'r croen i symptomau mwy difrifol fel chwyddo yn yr wyneb, y gwddf, neu'r tafod neu anhawster anadlu. Ceisiwch sylw meddygol ar unwaith os ydych yn profi unrhyw adwaith alergaidd
- Haint neu gochni difrifol yn y croen ar safle'r chwistrelliad
- Dylech hysbysu'ch meddyg am unrhyw symptomau eraill sy'n peri pryder, gan gynnwys cur pen difrifol, newidiadau yn y golwg, trawiadau, poen stumog difrifol, neu unrhyw symptomau anarferol eraill

Cysylltwch â Meddyg Teulu/GUH-SAU ar 01633 493341.

RGH-D3 y Dwyrain ar 01633 234037 os oes angen mwy o gymorth arnoch neu os oes gennych unrhyw bryderon.

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