

Gwybodaeth i Gleifion

Botwlinwm Tocsin mewn Therapi Poen

Uned Achosion Dydd Meddygol / Uned Llawdriniaeth Ddydd

Mae'r driniaeth hon wedi ei chynnig i chi fel rhan o'ch cynllun rheoli sydd wedi ei drafod a'i gytuno ar y cyd â'ch Ymgynghorydd Rheoli Poen. Mae'ch poen yn debygol o ymateb i driniaeth pigiad os yw'r boen yn ddifrifol ac bodoli mewn rhan benodol o'r corff. Nid yw poen sydd i'w deimlo ar draws sawl rhan o'r corff neu boen ysgafn yn ymateb i driniaeth pigiad.

Wrth ymdrin â phob achos o boen cronig, ein nod yw lleihau eich symptomau er mwyn i chi allu symud yn well, lleihau neu roi'r gorau i gymryd meddyginiaeth, cael rheolaeth yn ôl unwaith eto dros eich bywyd a gwella ansawdd eich bywyd. Caiff lleihau difrifoldeb symptomau o 30% ei ystyried yn llwyddiant o ran rheoli poen cronig. Anaml iawn y mae triniaethau lleddfu poen yn gwella pen cronig yn llwyr. Maent yn helpu i dorri cylch dieflig symptomau poen parhaus ond ni ellir rhagweld am ba hyd y bydd angen i'r driniaeth barhau. Caiff cyfnod o ddim hirach na 24 mis ei ystyried yn briodol ar gyfer triniaeth pigiad.

Mae'n bwysig cofio, hefyd, nad oes unrhyw driniaeth heb ei risgiau. Gyda hyn mewn golwg, ni fydd triniaeth pigiad yn cael ei roi dro ar ôl tro oherwydd gall yr anesthetig lleol a'r steroid achosi sgil effeithiau o gwmpas y man yr aiff y pigiad i mewn a phan fyddant yn cael eu hamsugno gan lif y gwaed. Gall rhai o'r sgil effeithiau rhain gynnwys imiwnedd is, eich gwneud yn fwy tebygol o ddal heintiau a achosir gan firysau a bacteria. Mae hyn yn berthnasol iawn ar hyn o bryd wrth ystyried y pandemig COVID-19.

Caiff risgiau penodol sy'n ymwneud â thriniaethau eu hegluro yn y daflen wybodaeth. Cymerwch amser i ystyried y wybodaeth a ddarperir isod ynglŷn â'r driniaeth ymyriadol hon os gwelwch yn dda.

Botwlinwm tocsin a sut mae'n gweithio

Cawsoch gynnig y driniaeth hon fel rhan o'ch cynllun rheoli roeddech chi'n ei drafod gyda'ch ymgynghorydd yn y Clinig Poen.

Beth yw Botwlinwm tocsin?

Meddyginiaeth yw Botwlinwm tocsin sydd â'r gallu i rwymo terfyniadau nerfau ymylol gan wneud i'r cyhyrau ymlacio, gostwng lefel cynhyrchu chwys, gwella cylchrediad a blocio rhai cemegolion sy'n achosi rhai mathau o boen.

Beth sy'n digwydd ar y diwrnod?

Staff y Clinig Poen fydd yn trefnu eich apwyntiad ar ôl i chi fynychu'r Clinig. Byddwch chi'n derbyn llythyr i fynychu i gael y pigiad. Gallwch fwyta ac yfed fel arfer cyn eich triniaeth. Peidiwch â rhoi unrhyw eli na rhwbiad ar ddiwrnod eich triniaeth. Dylech ddod â rhywun gyda chi i'ch gyrru adref. Ni ddylech fod wedi cael unrhyw frechiad nac imiwneiddiad am o leiaf 4 wythnos cyn eich apwyntiad. Dylech chi fod yn teimlo'n iach ac nid yn gwella/ neu ynghanol salwch firol.

Ar ddiwrnod y driniaeth, cofiwch alw yn nerbynfa'r Uned Achosion Dydd Meddygol/ Uned Llawfeddygaeth Ddydd ar yr amser a drefnwyd ac fel y dangoswyd yn eich llythyr. Dylech ddod â rhestr o'ch meddyginiaethau gyda chi. Bydd nyrs yn eich archwilio i sicrhau eich bod yn ddigon da i gael y driniaeth. Bydd eich meddyg yn eich gweld ac yn ateb unrhyw gwestiynau neu ymholiadau sydd gennych. Yna, gofynnir i chi arwyddo eich ffurflen gydsynio.

Yna, byddan nhw'n mynd â chi i'ch ystafell driniaeth a gofynnir i chi eistedd i lawr neu orwedd ar y gwely/ troli. Bydd y meddyg wedyn yn glanhau'r croen gydag antiseptig ac yn chwistrellu'r Botwlinwm tocsin i mewn i'r cyhyr sydd wedi'i affeithio, heb anaesteteg leol. Bydd y pigiad yn teimlo'n oer.

Ar gyfer rhai mathau o boen nerfol, byddan nhw'n rhoi sawl pigiad drwy nodwydd fechan i mewn i'r croen yn y man sydd wedi'i affeithio. Gall hyn fod ychydig yn anghyfforddus ond mae'n hanfodol eich bod yn aros yn llonydd. Byddan nhw'n rhoi rhwymyn dros fan y pigiad a gofynnir i chi orffwys am tua 20 munud. Pan fyddwch chi'n teimlo'n gyfforddus, gallwch fynd adref. Ni ddylech yrru cerbyd na defnyddio cludiant cyhoeddus. Ar ôl eich triniaeth, byddwch chi'n cael apwyntiad i ddod yn ôl i'r Clinig Poen neu i siarad ag un o'r nyrsys dros y ffôn.

Beth ddylid ei ddisgwyl wedyn?

Ar ôl eich triniaeth, cymerwch bethau'n hamddenol am weddill y diwrnod. Ceisiwch osgoi gwaith trwm ac ymarfer egniol am ychydig ddyddiau. Peidiwch â rhwbio na thyliino man y driniaeth.

Dylech gadw man y pigiad yn lân a sych a thynnu'r rhwymyn 24 awr ar ôl eich pigiad. Ni chewch ddefnyddio gwres eithafol fel mewn sawna neu ystafell stêm am 72 awr.

Mae'n bosibl y byddwch ychydig yn anghyfforddus wrth fan y pigiad am tua wythnos.

Mae'n bosibl y byddwch chi'n cael brathiadau cyhyrol lle cawsoch y pigiad am tua wythnos.

Cofiwch ddal i gymryd eich meddyginiaethau poen yn ôl cyfarwyddyd eich ymgynghorydd neu hyd nes i chi deimlo budd y driniaeth.

Beth yw'r sgil effeithiau/ cymhlethdodau?

Cyffredin

- Dolurus / cleisio wrth fan y pigiad.
 - Poen cynyddol dros dro (hyd at 10 niwrnod) ar ôl y driniaeth.
- Symptomau tebyg i'r ffliw am 3-7 diwrnod
- Mwy o frathiadau cyhyrol dros dro
- Gwendid dros dro yn y cyhyrau a gafodd y driniaeth

Anghyffredin

- Twll yn yr ysgyfaint (niwmothoracs)
- Haematoma
- Haint wrth fan y pigiad
- Adwaith alergaidd
- Poen newydd
- Poen yn gwaethygu

Anghyffredin iawn

- Niwed dros dro neu barhaol yn achosi anabledd i'r nerf

Rhaid i chi ddweud wrthym os:

- Gallwch chi fod yn feichiog
- Ydych chi'n cymryd warfarin / clopidogrel
- Oes gennych chi alergedd i feddyginiaethau, bwydydd neu latex
- Ydy eich cyflwr meddygol wedi newid ers y tro diwethaf i chi weld yr ymgynghorydd
- Ydych chi'n dioddef gan epilepsi
- Ydych chi'n dioddef gan ddiabetes

- Oes gennych chi annwyd neu dymheredd.
- Ydych chi wedi bod mewn ysbyty'n ddiweddar
- Ydych chi'n defnyddio cadair olwyn ac efallai angen help i ddod allan ohoni
- Ydych chi'n fyddar/ neu'n drwm eich clyw
- Ydych chi'n rhannol ddall/ neu wedi eich cofrestru'n ddall
- Ydych chi angen cyfieithydd
- Ydych chi'n nerfus iawn am nodwyddau, ysbytai neu ymarferwyr meddygol

Bydd aelod o'ch tîm rheoli poen yn cysylltu â chi.

I gael mwy o wybodaeth, gallwch gysylltu â:

YBG ar 01633 - 234938

Ymgynghorwyr: Dr. T.M. Ivanova-Stoilova a Dr. S. Watan

YNH ar 01873 732979

Ymgynghorwyr: Dr. S. Jeffs a Dr. Joshi