

Gwybodaeth i Gleifion
Pigiad Nerf Plecsws Coeliag /
Uwch Plecsws Hypo-gastrig /
Perfeddol Mwy

Uned Llawfeddygaeth 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.

Beth yw bloc nerf coeliag/ uwch plecsws hypo-gastrig/perfeddol?

Mae rhywfaint o boen yn yr abdomen yn cael ei drosglwyddo gan ran o'r system nerfol. Nid oes gennym unrhyw reolaeth ymwybodol ar hyn - y system nerfol awtonomig. Mae'r nerfau plecsws coeliag, uwch hypo-gastrig a'r nerfau perfeddol mwy yn gasgliad o nerfau awtonomig yn yr abdomen. Gall pigiad o anaestheteg leol a steroid o gwmpas y nerfau hyn, wella rhai mathau o boen yn yr abdomen uchaf ac isaf.

Beth sy'n digwydd ar y diwrnod?

Trefnir manylion eich apwyntiad ar ôl i chi fynychu'r Clinig Poen. Byddwch chi'n derbyn llythyr i fynychu'r Clinig i gael y pigiad. Peidiwch â bwyta nac yfed o hanner nos os bydd eich triniaeth yn y bore. Os bydd eich triniaeth yn y prynhawn, ni ddylech fwyta nac yfed ar ôl 08.00 am. Dylech ddod â rhestr o'ch meddyginiaethau gyda chi.

- Cofiwch alw yn nerbynfa'r Uned Llawfeddygaeth Ddydd fel y nodwyd yn eich llythyr.
- Byddan nhw'n mynd â chi i'r ward a gofyn i chi newid i w'n yr ysbyty. Bydd nyrs yn gofyn am rai manylion i wirio eich bod yn ddigon da i gael y driniaeth. Yna, byddan nhw'n gofyn i chi arwyddo ffurflen gydsynio. Bydd y meddyg yn gallu ateb unrhyw gwestiwn fydd gennych ar y pryd. Byddan nhw'n mynd â chi ar droli i'r theatr. Byddan nhw'n rhoi nodwydd fach mewn gwythïen ar gefn eich llaw.
- Byddan nhw'n gofyn i chi orwedd ar eich bol neu ar eich ochr. Bydd y meddyg yn glanhau'r croen gyda thoddiant di-haint ac yn rhoi gorchudd ar fan eich pigiad. Byddan nhw'n chwistrellu anaestheteg leol i mewn i'r man ar ran uchaf neu isaf eich cefn ac yna'n cynnal y driniaeth drwy ddefnyddio lluniau pelydr-x a llifyn arbennig i osod y nodwyddau yn y lle cywir. Mae'r driniaeth yn para am tua 30 munud. Os ydych chi'n teimlo'n anghyfforddus, cofiwch ddweud wrthym ond peidiwch â symud o gwbl.
- Byddwch chi'n dychwelyd i'r ward i orffwys lle byddan nhw'n mesur eich pwysedd gwaed yn rheolaidd am 30 munud. Byddwch chi'n gallu bwyta ac yfed ar ôl hynny ond rhaid i chi aros yn y Ward am awr arall.

- Mae'n bosibl y bydd yn rhaid i chi aros i mewn dros nos ar ôl y driniaeth hon. Os felly, byddan nhw'n trefnu gwely i chi.
- Dylai rhywun fynd â chi adref gan na fyddwch chi'n gallu gyrru eich hun.
- Ar ôl eich triniaeth, dylech gymryd pethau'n hamddenol am weddill y diwrnod. Peidiwch â gwneud unrhyw ymarfer egnïol na gwaith trwm am yr ychydig ddyddiau nesaf. Cadwch fan y pigiad yn lân a sych. Tynnwch y rhwymyn ar ôl 24 awr.

Beth ddylech ei ddisgwyl wedyn?

Mae'n bosibl na fyddwch chi'n teimlo budd llawn y driniaeth ar unwaith. Gall adwaith claf i bigiad amrywio'n fawr. Nid yw rhai pobl yn cael unrhyw ôl effeithiau tra bod eraill yn ddolurus iawn. Dylai'r anghysur leddfu dros yr ychydig wythnosau wedyn. Mae'n bosibl y bydd rhai cleifion yn teimlo'n benysgafn wrth godi o eistedd, yn arbennig mewn tywydd poeth. Os bydd hyn yn digwydd i chi, cofiwch ddweud wrth y meddyg y tro nesaf y byddwch chi'n mynd i'r Clinig Poen.

Os byddwch chi'n fyr o wynt ar ôl i chi fynd adref, dylech fynd yn ôl i'r Adran Damweiniau ac Achosion Brys ar unwaith a rhoi gwybod i'r meddyg yno.

Ar ôl eich triniaeth, byddwch chi'n cael eich adolygu gan y Clinig Poen.

Beth yw'r sgil effeithiau/ cymhlethdodau?

Cyffredin

- Dolurus / cleisio wrth fan y pigiad.
- Poen cynyddol dros dro (hyd at 7 diwrnod) ar ôl y driniaeth.
- Cyfog
- Dolur rhydd
- Penysgafnder

Anghyffredin

- Pen tost
- Haematoma
- Haint wrth fan y pigiad
- Twll ym mhilen yr ysgyfaint (niwmothoracs)

- Adwaith alergaidd
- Poen newydd
- Poen yn gwaethygu

Anghyffredin iawn

- Confylsiynau (ffitiau)
- Niwed dros dro neu barhaol yn achosi anabled i'r nerf
- Ataliad y galon (y galon yn peidio â churo)

Rhaid i chi ddweud wrthym os:

- Gallwch chi fod yn feichiog
- Oes gennych alergedd i feddyginiaethau, bwyd neu latex
- Ydych chi'n cymryd warfarin / clopidogrel
- 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

I gael mwy o wybodaeth, gallwch gysylltu â:-

Ysbyty Brenhinol Gwent ar:- 01633 – 234938

Ymgynghorwyr:- Dr. T.M. Ivanova-Stoilova / Dr. S. Wartan

Ysbyty Nevill Hall ar:- 01873 – 732979

Ymgynghorwyr:- Dr. S. Jeffs / Dr. M. Joshi

**“Mae’r ddogfen hon ar gael yn Saesneg /
This document is available in English”.**