

Gwybodaeth i Gleifion sy'n Oedolion

Dwlocsetin (Duloxetine) a Ragnodwyd i Drin Poen

Uned Feddygol Achosion Dydd

Pam cefais bresgripsiwn am dwlocsetin?

- Defnyddir dwlocsetin i drin rhai mathau o boen parhaol.
- Mae'n dda am boen nerfol yn enwedig, megis poen llosg a gwayw, ac am boen sy'n eich cadw ar ddiun drwy'r nos.
- Mae dwlocsetin yn perthyn i grŵp o feddyginiaethau o'r enw atalyddion ailafael serotonin a norepineffrin (SNRI) a ddefnyddir hefyd i drin iselder.
- Efallai y byddwch yn sylwi nad yw'r wybodaeth gan y gweithgynhyrchwr yn sôn am eich math o boen.

Sut mae dwlocsetin yn gweithio?

- Mae dwlocsetin yn cynyddu trawsyryddion nerfol penodol yn y system nerfol, gan leihau'r negeseuon poen sy'n cyrraedd yr ymennydd.

Pryd dylwn i gymryd dwlocsetin?

- Y gorau fydd cymryd dwlocsetin ar yr un amser bob dydd. Mae'r mwyafrif o bobl yn ei chymryd yn y bore. Os byddwch yn teimlo'n gysglyd ar ôl cymryd y feddyginiaeth, ceisiwch ei chymryd yn y nos.

Sut i gymryd dwlocsetin?

- Dylid llynci'r capsïwlau'n gyfan, gyda gwydraid o ddŵr.
- Gallwch gymryd dwlocsetin heb fod wedi bwyta neu ar ôl bwyd.
- Cewch wybod faint o dwlocsetin i gymryd yn y dechrau a phryd i gynyddu'r dos. Bydd y tabl ar ddiwedd y daflen hon yn eich helpu i gofio pryd i gynyddu'r dos.
- Peidiwch â chymryd mwy nag y rhagnodwyd i chi.

Faint fydd yn cymryd i'r feddyginiaeth ddechrau gweithio?

- Mae pob claf yn wahanol. Gallwch sylwi ar rywfaint o fudd o fewn 1 wythnos, fodd bynnag, gallai gymryd hyd at 1 fis i gael effaith lawn. Efallai bydd angen i'ch meddyg gynyddu'r dos i gael yr effaith orau posibl.
- Nid yw dwlocsetin yn gweithio i bawb. Os nad ydych yn teimlo unrhyw wellhad ynglŷn â 'ch poen, peidiwch â rhoi'r gorau iddi yn sydyn ond yn hytrach siaradwch â'ch meddyg.

Beth yw'r sgil effeithiau posibl?

- Mae'r mwyafrif o sgil effeithiau yn ysgafn a disgwylir y byddant yn diflannu ar ôl sawl dos.
- Mae sgil effeithiau cyffredin yn cynnwys: pen tost, cysgadwrwydd, cyfog, penysgafnder, golwg aneglur a cheg sych. Os byddwch yn teimlo'r sgil effeithiau hyn, ac maent yn ddifrifol, cysylltwch â'ch meddyg neu eich fferylllydd i gael cyngor.
- Mae sgil effeithiau llai cyffredin yn cynnwys: colli chwant, cochi, pwysedd gwaed wedi'i godi, anawsterau cysgu, teimlo'n bryderus, teimlo'n simsan, chwysu mwy. Os byddwch yn teimlo unrhyw rai o'r sgil effeithiau hyn, cysylltwch â'ch meddyg neu eich fferylllydd i gael cyngor.

A gaf i gymryd y feddyginiaeth hon yn y tymor hir?

- Cewch, os yw'n helpu. Efallai byddwch yn dymuno lleihau dos y driniaeth o bryd i'w gilydd, i weld os yw'r poen yn dal i fod yn broblem i chi. Dylid gwneud hyn gyda chyngor eich meddyg teulu neu arbenigwr poen, gan leihau eich meddyginiaeth dros amser.

A gaf i yfed alcohol?

- Mae alcohol yn cynyddu effeithiau tawelyddol dwlocsetin, y gorau fydd peidio ag yfed alcohol wrth ichi ddechrau ei chymryd. Ar ôl cyrraedd dos sefydlog, gallwch yfed alcohol yn gymedrol ond gall hyn eich gwneud yn fwy cysglyd nag arfer.

A gaf i yrru?

- Gall dwlocsetin achosi cysgadwrwydd. Os bydd hyn yn digwydd, peidiwch â yrru.

Beth dylwn ei ddweud wrth y meddyg?

- A oes gennych alergedd i unrhyw feddyginiaethau?
- A ydych yn cymryd unrhyw feddyginiaethau eraill neu unrhyw feddyginiaethau llysieuol?
- A oes gennych epilepsi neu glawcoma?
- A ydych yn cymryd meddyginiaethau sy'n achosi ichi deimlo'n gysglyd (e.e. poen-laddwyr cryf fel morffin) neu sy'n cynyddu lefelau serotonin (e.e. tramadol, atalyddion ailafael serotonin-benodol (SSRI) ac atalyddion ailafael serotonin a norepineffrin (SNRI) a gymerir i drin iselder)
- A ydych yn feichiog neu'n bwydo ar y fron, neu a ydych yn bwriadu bod yn feichiog yn y dyfodol?
- A ydych yn cymryd gwrthgeulyddion, moddion gwrth blatennau neu gyffuriau eraill sy'n teneuo'r gwaed.
- A oes gennych neu a oedd gennych broblem iechyd meddwl?
- A oes gennych broblemau arennau neu afu?
- A ydych yn cymryd moddion gwrth iselder?
- A ydych yn cymryd ciprofloxacin, gwrthfotig a ddefnyddir i drin heintiau?

Beth os byddaf yn anghofio neu'n colli dos?

- Cymerwch y dos cyn gynted ag y byddwch yn cofio.
- Os ydych yn cymryd dim ond un dos yn y bore ac yn colli'r dos, peidiwch â chymryd y feddyginiaeth yn y nos. Arhoswch nes y bore canlynol ac anwybyddwch y dos y gwnaethoch ei golli.
- Peidiwch â chymryd dau ddos gyda'i gilydd.

Beth os byddaf yn dymuno rhoi'r gorau i dwlocsetin?

- Os byddwch yn rhoi'r gorau i dwlocsetin yn sydyn gallwch deimlo symptomau diddyfnu. Siaradwch â'ch gweithiwr gofal iechyd proffesiynol (meddyg, nyrs a fferylllydd) a all oruchwylio'r broses o leihau'r dos yn raddol.

Ni fwriedir i'r wybodaeth hon gymryd lle cyngor eich meddyg. Rydym yn eich cynghori i ddarllen taflen gwybodaeth i gleifion y gweithgynhyrchwr a ddaw gyda'ch meddyginiaeth gan eich fferylllydd pan ddsberthir eich meddyginiaeth. Cadwch feddyginiaethau yn bell oddi ar blant, oedolion agored i niwed neu anifeiliaid anwes.

Dyddiad	Bore	Cinio	Prynhawn	Nos

Rhagor o wybodaeth: <http://www.fpm.ac.uk/faculty-of-pain-medicine/patient-information>



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