



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Aneurin Bevan  
University Health Board

## **Gwybodaeth i gleifion sy'n cael bloc Parafertebrol**

### **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 lleddfau 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 parafertebrol?**

Pigiad o anaestheteg leol a steroid sy'n gweithio'n araf yw bloc Parafertebrol. Bydd yn cael ei roi o gwmpas y nerfau sy'n dod allan o'r asgwrn cefn yn y frest neu yn ardal gwaelod y cefn.

## **Sut mae bloc parafertebrol yn gweithio?**

Gall helpu i leddfu poen yn y frest, y coesau a gwaelod y cefn. Fodd bynnag, mae'n bosibl na fydd yn gweithio i bob claf.

## **Beth sy'n digwydd ar y diwrnod?**

Byddwch chi'n dod i mewn i'r Uned Llawfeddygaeth Ddydd fel y nodwyd yn eich llythyr. Bydd yn rhaid i chi newid i w'n ysbyty a bydd y nyrs yn y clinig yn gwneud rhai profion i sicrhau eich bod yn ddigon da ar gyfer y driniaeth hon. Yna, bydd eich meddyg yn eich gweld a bydd yn ateb eich cwestiynau ac yn gofyn i chi arwyddo eich ffurflen gydsynio.

Byddan nhw'n mynd â chi i'r theatr ar droli a gofynnir i chi orwedd ar eich bol ar fwrdd y theatr.

Byddan nhw'n glanhau'r croen gyda thoddiant diheintio a rhoddir rhwymynnau o gwmpas man y pigiad. Byddan nhw'n rhoi'r pigiad i chi o dan reolaeth Pelydr-x. Byddwch chi'n cael pigiad bach gydag anaestheteg leol i wneud y croen yn ddideimlad ar ochr eich cefn. Yna, bydd y driniaeth i gyd yn cael ei chyflawni o dan anaestheteg leol.

Byddwch chi'n cael y teimlad o bwysu a gwthio, Os byddwch chi'n anghyfforddus, cofiwch roi gwybod i ni ond arhoswch yn llonydd. Bydd y peiriant Pelydr-x yn cael ei symud o'ch cwmpas a bydd y bwrdd yn symud i fyny neu i lawr. Mae'n cymryd tua 15-20 munud i gwblhau'r driniaeth hon.

Ar ôl hynny, gofynnir i chi droi'n ôl ar y troli ac aros ar eich ochr neu ar eich cefn am 30 munud.

Am hanner awr, byddan nhw'n gofalu amdanoch yn y ward gan wirio eich pwysau gwaed a churiadau'r galon bob 5 munud. Yna, gallwch eistedd i fyny os dymunwch.

Byddan nhw'n caniatáu i chi fynd adref yn ddiweddarach. Ni ddylech yrru a dylech orffwys hyd drannoeth.

## **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.

- Gwendid, diffyg teimlad am oriau yn y goes

### **Anghyffredin**

- Pen tost
- Haematoma (ceulad y gwaed)
- Haint wrth fan y pigiad
- Adwaith alergaidd
- Poen newydd
- Poen yn gwaethygu
- Niwmothoracs (twll yn yr ysgyfaint)

### **Anghyffredin iawn**

- Confylsiynau (ffitiau)
- Niwed dros dro neu barhaol sy'n achosi anabledd i'r nerf
- Ataliad y galon (y galon yn stopio)

### **Rhaid i chi ddweud wrthym ni os**

- Gallwch chi fod yn feichiog
- Ydych chi'n cymryd warfarin / clopidogrel
- Oes gennych chi alergedd i 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.

Os bydd gennych unrhyw bryderon pellach am y driniaeth hon, gallwch gysylltu â'r rhif ffôn isod rhwng 9.00 a 5.00

I gael mwy o wybodaeth, gallwch gysylltu â:

**YBG** ar **01633 – 234938**

**Ymgynghorwyr:** Dr. T.M. Ivanova-Stoilova a Dr. S. Wartan

**YNH** ar **01873 732979**

**Ymgynghorwyr:** Dr. S. Jeffs a Dr. Joshi