

Gwybodaeth i Gleifion sy'n cael Bloc Nerf Pudendal

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 pudendal?

Pigiad yw hwn sy'n cael ei roi drwy'r ffolen er mwyn gwneud y nerf pudendal yn ddideimlad. Mae'r nerf pudendal yn cyflenwi'r fagina/serotwm, perinëwm a rhan o'r ffolennau. Chwistrellir toddiant anaestheteg leol yn cynnwys steroid i mewn i wella symptomau poen o'r rectwm isaf, y perinëwm a'r fwlfa.

Gellir rhoi'r pigiad hwn i gleifion sy'n dioddef gan gyflyrau poenus yn codi o'r nerf pudendal.

Beth sy'n digwydd ar y diwrnod?

Trefnir manylion eich apwyntiad yn ystod eich ymgynghoriad yn yr adran cleifion allanol. Byddwch chi'n derbyn llythyr gyda dyddiad ac amser eich apwyntiad.

Gallwch fwyta ac yfed fel arfer ar ddiwrnod eich triniaeth. Cofiwch gael cawod. Cofiwch gymryd eich meddyginiaethau fel arfer heblaw eich bod wedi cael cyfarwyddiadau gwahanol gan eich ymgynghorydd. Dewch â rhestr o'ch meddyginiaethau gyda chi.

Dylai perthynas neu ffrind ddod gyda chi i'ch gyrru adref ac aros gyda chi tan drannoeth.

Ar ôl cyrraedd yr ysbyty, ewch i'r dderbynfa. Byddan nhw'n mynd â chi i ward ac yn gofyn i chi newid i w'n ysbyty. Bydd nyrs yn cymryd rhai manylion gennych i wirio eich bod yn ddigon da i gael y driniaeth. Gofynnir i chi arwyddo ffurflen gydsynio. Bydd y meddyg yn gallu ateb unrhyw gwestiwn sydd gennych ar y pryd. Dylech wacau eich pledren cyn y driniaeth. Byddan nhw'n mynd â chi ar droli i'r theatr. Gofynnir i chi orwedd ar eich bol.

Bydd y meddyg yn glanhau'r croen gyda thoddiant antiseptig oer ac yn rhoi gorchudd di-haint ar eich cefn. Byddwch chi'n cael anaestheteg leol i wneud y croen o gwmpas y man yn ddideimlad. Mae'r driniaeth yn cymryd tua 20 munud i'w chwblhau. Bydd yn cael ei chynnal o dan reolaeth peiriant Pelydr-x. Mae'n bosibl y bydd yn anghyfforddus ond ni ddylai fod yn rhy boenus. Byddan nhw'n rhoi gorchudd di-haint ar eich croen. Gofynnir i chi aros yn yr ysbyty am ychydig o dan arolygiaeth. Ni ddylech yrru adref na theithio ar gludiant cyhoeddus.

Beth i'w ddisgwyl wedyn?

Ar ôl eich triniaeth, dylech gymryd pethau'n ysgafn am weddill y diwrnod. Mae'n bosibl y byddwch chi'n teimlo'n flinedig. Dylech osgoi gwaith trwm neu ymarfer caled am yr ychydig ddyddiau cyntaf. Peidiwch â gweithio peiriannau tan drannoeth. Peidiwch ag yfed alcohol am 24 awr.

Bydd yn rhaid cadw'r gorchudd di-haint yn lân a sych a'i dynnu i ffwrdd ar ôl 24 awr. Os byddwch chi'n sylwi ar gochni neu chwydd ar fan y pigladau, dylech roi gwybod i ni neu ffonio eich Meddyg Teulu'n gyntaf.

Mae'n bosibl y byddwch chi'n teimlo'n ddolurus am yr ychydig ddyddiau cyntaf. Daliwch i gymryd eich tabledi lladd poen hyd nes i chi deimlo budd y pigiad ac yn unol â chyfarwyddyd eich ymgynghorydd.

Fel arfer, gallwch fynd yn ôl i'ch gwaith drannoeth.

A fydd hyn yn helpu fy mhoen?

- Gobeithiwn y bydd yn helpu eich poen, **ond nid oes unrhyw warant.**
- Mae'n bosibl y bydd yn cymryd ychydig ddyddiau cyn bydd yn dechrau lleddfu eich poen.
- Mae'n bosibl hyd yn oed y bydd yn gwneud y poen yn waeth ar y dechrau.
- Gall lleddfu'r poen am ychydig ddyddiau neu fisoedd.

Beth yw'r sgil effeithiau/ cymhlethdodau?

Cyffredin

- Mae'n bosibl na fydd yn gweithio.
- Dolurus / cleisio wrth fan y pigiad.
- Ar ôl y driniaeth, cynnydd dros dro (hyd at 7 diwrnod) yn y poen.
- Dim teimlad dros dro yn y ffolennau, anws, genitalia, perinëwm.

Anghyffredin

- Haematoma
- Haint wrth fan y pigiad
- Adwaith alergaidd
- Poen newydd
- Poen yn gwaethygu

Anghyffredin iawn

- Confylsiynau (ffitiau)
- Niwed dros dro neu barhaol sy'n analluogi'r nerf
- Ataliad y galon (y galon yn pallu)

Rhaid i chi ddweud wrthym ni os:

- Ydy'n bosibl eich bod yn feichiog
- Ydych chi'n cymryd warfarin/clopidogrel
- Oes gennych alergedd i latex
- Ydy eich cyflwr meddygol wedi newid ers i chi weld yr ymgynghorydd ddiwethaf
- Ydych chi'n dioddef gan epilepsi
- Ydych chi'n dioddef gan ddiabetes
- Oes gennych annwyd neu dymheredd
- Ydych chi wedi cael eich derbyn i ysbyty
- Ydych chi'n defnyddio cadair olwyn ac efallai angen help i ddod allan ohoni
- Ydych chi'n drwm eich clyw/ yn fyddar
- Ydych chi'n rhannol ddall/ yn ddall
- Ydych chi angen cyfieithydd
- Ydych chi'n nerfus am nodwyddau, ysbytai neu ymarferwyr meddygol

Bydd aelod o'r tîm rheoli poen yn cysylltu â chi ar ôl y driniaeth.

Os ydych chi'n pryderu am unrhyw beth arall, gallwch gysylltu â:

Ysbyty Brenhinol Gwent ar: 01633 – 234938

Ymgynghorydd: Dr S. Wartan / Dr T. Ivanova-Stoilova

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