Triniaeth Clwt Qutenza™ ar gyfer rheoli poen

Nod y daflen hon yw rhoi gwybodaeth i chi am driniaeth clwt Qutenza™ (Capsaicin 8%) ac ateb cwestiynau a allai fod gennych. Sylwer bod rhai llefydd yn gwneud pethau mewn ffordd wahanol i eraill. Bydd eich meddyg yn gallu esbonio'n llawn beth i'w ddisgwyl.

Beth yw triniaeth Qutenza ™?
Mae Qutenza™ yn glwt croen a gynlluniwyd i ddarparu rhyddhad rhag poen ymhlith pobl sydd â mathau penodol o boen yn eu nerfau (niwropathig). Disgrifir poen yn y nerfau yn aml fel llosgi, trywanu, mud boen neu fel sioc drydanol. Fel arfer, nid yw'n glir beth sy'n achosi'r math hwn o boen. Gall y boen fod oherwydd eryr, diabetes neu ddifrod i nerfau yn dilyn anaf neu lawdriniaeth.

Mae'r clwt yn cynnwys Capsaicin (y sylwedd sy'n gwneud pupur tsili yn boeth). Mae'r Capsaicin a gynhwysir yn Qutenza™ yn gweithio ar nerfau synhwyro poen yn y croen, gan eu gwneud yn llai sensitif i boen. Gall gymryd hyd at bythefnos i brofi budd llawn y driniaeth. Mae'r ymateb i'r driniaeth yn amrywiol ac nid yw pob claf yn teimlo ei bod yn lleddfu eu poen. Os yw'n effeithiol, gellir gwneud y driniaeth dro ar ôl tro yn ôl yr angen pan fydd y boen yn dychwelyd, ond nid yn gynharach na thri mis.

Ai dyma'r driniaeth iawn i mi?
Bydd opsiynau triniaeth eraill yn cael eu trafod gyda chi cyn penderfynu cael y driniaeth Qutenza™ ac mae angen eich caniatâd. Byddwch chi a'ch meddyg yn cytuno gyda'ch gilydd a ydych am gael y driniaeth neu peidio. Bydd eich meddyg yn gallu rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf i chi am y siawns y bydd y driniaeth hon yn gweithio i chi a sut mae'n cyd-fynd â gofal arall. Os nad ydych wedi penderfynu a ydych am gael y driniaeth hon neu peidio, gellir rhoi mwy o gyngor a gwybodaeth. Siaradwch â'ch meddyg i gael rhagor o wybodaeth.

Os yw eich iechyd wedi newid, mae'n bwysig rhoi gwybod i'ch meddyg.
► Os oes gennych haint yn eich corff neu ar y croen, efallai y bydd eich meddyg yn aros nes bod yr haint wedi clirio cyn i chi gael y driniaeth.
► Os ydych wedi dechrau cymryd meddyginiaethau gwrthgeulo neu wrthblatennau sy'n "teneuo'r gwaed" fel warfarin, heparin, apixaban, rivaroxaban neu clopidogrel, efallai y bydd angen gwneud mwy o baratoadau cyn i chi gael y driniaeth.
► Os ydych yn dioddef o bwysedd gwaed ansefydlog neu bwysedd gwaed uchel nad yw'n cael ei reoli'n effeithiol neu os ydych wedi cael problemau diweddar ar y galon neu wedi cael strôc.
► Os oes gennych glefyd anadlol difrifol neu glefyd anadlol nad yw'n cael ei reoli.
► Os oes gennych unrhyw alergeddau, yn enwedig i bupur tsili.

Rhaid i chi hefyd ddweud wrth y meddyg os oes unrhyw siawns y gallech fod yn feichiog.

Beth fydd yn digwydd i mi yn ystod y driniaeth?

Cyn y driniaeth, bydd eich meddyg yn trafod y driniaeth gyda chi. Bydd eich meddyg naill ai'n gofyn am eich caniatâd neu'n gofyn i chi gadarnhau eich bod eisoes wedi rhoi caniatâd a'ch bod yn dal yn hapus i gael y driniaeth . Bydd y driniaeth yn digwydd mewn ardal benodol gyda pherson hyfforddedig.

Nid yw pob gweithiwr gofal iechyd proffesiynol yn gwneud y driniaeth hon yn yr un ffordd yn union, ond dyma beth sy'n digwydd fel arfer:

► Bydd gweithiwr meddygol proffesiynol yn eich paratoi ar gyfer y driniaeth.

►Bydd eich pwysedd gwaed cyfradd curiad eich calon yn cael eu gwirio.

► Efallai y bydd y rhan o'r croen ble byddwch yn cael y driniaeth yn cael ei farcio gyda ysgrifbin neu farciwr.

► Bydd unrhyw wallt yn ardal y driniaeth yn cael ei glipio gan ddefnyddio siswrn (peidiwch â gwneud hyn gartref cyn eich apwyntiad).

► Os oes angen, gellir torri'r clwt Qutenza™ i ffitio'r ardal sy'n cael ei drin. Yna bydd y clwt yn cael ei roi yn ei le, a bydd rhwymyn neu ddresin yn cael ei roi dros y clwt i'w gadw yn ei le.

► Bydd y clwt Qutenza™ yn cael ei adael ymlaen am 30-60 munud yn dibynnu ar y rhan o'r corff sy'n cael ei d rin.

► Ar ôl yr amser hwn, bydd gweithiwr gofal iechyd proffesiynol yn tynnu'r clwt Qutenza™ yn ofalus ac yn glanhau safle'r driniaeth gyda gel glanhau a dŵr llugoer. Yn aml iawn bydd y croen yn pigo neu'n dod yn goch ac efallai y bydd y croen yn teimlo fel pe bai'n llosgi yn ystod ac ar ôl triniaeth Qutenza™ am gyfnod byr. Oherwydd y boen dros dro hwn, gall eich pwysedd gwaed gynyddu ychydig ac felly bydd eich pwysedd gwaed yn cael ei fonitro yn ystod y driniaeth. Os ydych yn profi llawer o boen, bydd dull o oeri'r man poenus yn cael ei ddefnyddio, neu gallwch gymryd eich meddyginiaeth poen eich hun.

Pryd byddaf yn gallu mynd adref o'r ysbyty ar ôl fy nhriniaeth?

Fel arfer byddwch yn gallu mynd adref o fewn awr neu ddwy ar ôl y driniaeth ac mewn rhai achosion yn llawer cynt, yn dibynnu ar ba mor hir y mae'ch meddyg neu'ch nyrs am i chi aros. Gwnewch yn siŵr bod gennych rywun i'ch casglu ar ôl y driniaeth. Fe'ch cynghorir i beidio â gyrru yn syth ar ôl y driniaeth. Os byddwch yn gwneud hynny, efallai y bydd eich yswiriant modur yn annilys.

Beth alla i ei wneud ar ôl fy nhriniaeth?

Yn ddelfrydol, dylech drefnu i rywun aros gyda chi am 24 awr ond, os na allwch wneud hynny, dylech o leiaf fod â mynediad at ffôn. Ni ddylech yrru, gweithredu peiriannau, llofnodi dogfennau cyfreithiol, darparu gofal plant heb gymorth nac yfed alcohol hyd nes y byddwch yn ffit i wneud hynny. Os nad ydych yn siŵr, gofynnwch i'ch meddyg am ragor o gyngor.

Pryd y gallaf ddychwelyd i'r gwaith ar ôl y driniaeth?

Bydd hyn yn wahanol ar gyfer gwahanol bobl a gall ddibynnu ar y math o waith yr ydych yn ei wneud. Mae'n anodd rhoi cyngor cyffredinol ac felly dylech drafod hyn gyda'ch meddyg.

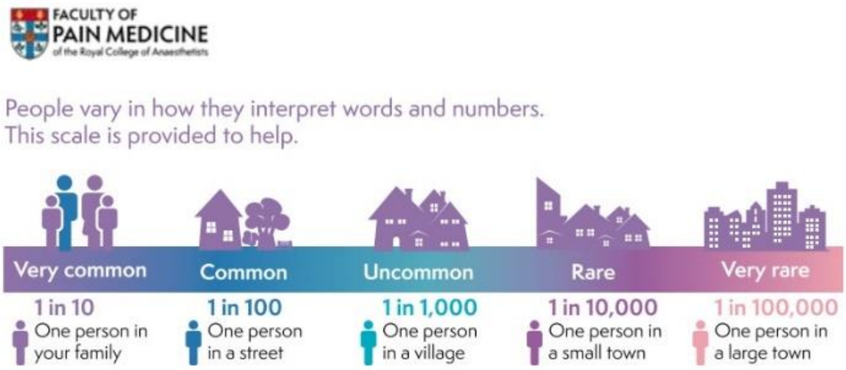
A fyddaf yn profi unrhyw sgîl-effeithiau?
Fel gydag unrhyw driniaeth, efallai y bydd sgîl-effeithiau. Mân sgil-effeithiau yw’r rhain fel arfer ond mae risgiau gyda'r driniaeth hon.

► Mae'n gyffredin iawn i'r croen ddod yn goch ac yn boenus (teimlad poeth neu losgi) yn yr ardal lle mae'r clwt Qutenza™ yn cael ei roi.

► sgîl-effeithiau cyffredin eraill yw cosi, lympiau, pothelli, chwyddo a sychder yn yr ardal lle mae'r clwt yn cael ei roi.

► Yn anaml, gall eich pwysedd gwaed gynyddu ychydig, a bydd eich pwysedd gwaed yn cael ei fonitro.

► Yn anaml, mae newidiadau i deimlad y croen yn digwydd. Mae hyn yn golygu efallai na fyddwch yn gallu teimlo rhywbeth sy'n boeth neu'n finiog. Rhywbeth dros dro yw hyn fel arfer.



Pa fesurau eraill y mae'n rhaid i mi eu cymryd?

► Dylech osgoi cyffwrdd â'r clwt, y croen sydd wedi’i drin neu ddillad sydd wedi dod i gysylltiad â’r clwt ac yna cyffwrdd â'ch llygaid, ceg neu ardaloedd sensitif eraill gan y gall Capsaicin achosi llid difrifol.

► Peidiwch â cheisio tynnu'r clwt eich hun.

► Peidiwch ag anadlu i mewn na swiffian yn agos at glytiau Qutenza™.

► Dylech osgoi cael bath/cawod boeth neu ganiatáu i olau haul uniongyrchol fynd ar y croen am 24-48 awr. Gall hyn lidio'r croen lle mae'r clwt wedi'i roi ac achosi teimlad o losgi neu gynnydd mewn poen. Efallai y gallech oddef dŵr llugoer neu ddŵr oer yn well.

► Dylech osgoi ymarfer corff egnïol am ychydig ddyddiau ar ôl triniaeth.

Beth allaf ei ddisgwyl yn ystod y dyddiau nesaf?
Gallwch ddisgwyl i'r ardal sy'n cael ei drin fod yn goch ac byddwch yn teimlo teimlad o losgi yn y man dan sylw. Bydd hyn yn gwella yn ystod y dyddiau nesaf. Bydd pecynnau oer wedi'u lapio mewn tywel, neu eich poenladdwr arferol yn helpu gydag unrhyw anghysur. Ceisiwch ddal ati i symud o gwmpas y tŷ ond ceisiwch osgoi unrhyw beth sy’n rhy anodd.

Beth ddylwn i ei wneud yn ystod yr wythnosau ar ôl y driniaeth?
Wrth i'ch poen leihau, dylech geisio cynyddu eich ymarfer corff yn ofalus. Bydd gweithgareddau syml fel mynd am dro bob dydd, defnyddio beic ymarfer corff neu nofio ar eich cefn yn helpu. Mae'n well cynyddu eich gweithgareddau yn araf.

Ceisiwch beidio â gwneud gormod neu efallai y byddwch yn cael mwy o boen y diwrnod canlynol. Bydd eich meddyg yn gallu rhoi cyngor mwy penodol i chi.

Pa drefniadau dilynol fydd yn cael eu gwneud?
Fel arfer bydd llythyr yn cael ei anfon at eich meddyg teulu a bydd eich meddyg yn rhoi cyngor ar beth i'w wneud ar ôl y driniaeth. Efallai y gofynnir i chi wneud galwad i'r adran boen, efallai y byddwch yn cael ffurflen i'w llenwi, neu efallai y byddwch yn cael apwyntiad am adolygiad ffôn neu apwyntiad arall.

A oes unrhyw beth arall y mae angen i mi feddwl amdano cyn y driniaeth?
► Dylech wisgo dillad sy'n ffitio'n rhydd dros y man ble cawsoch y driniaeth. Os yw'ch traed yn cael eu trin, gwisgwch esgidiau cyfforddus.
► Dewch â'ch sbectol os ydych eu hangen i'w darllen.
► Dewch ag unrhyw ddyfeisiau eraill y gallai fod eu hangen arnoch, megis cymhorthion clyw, cymhorthion symudedd ac ati.
► Dewch â rhestr o'r holl feddyginiaethau yr ydych yn eu cymryd ar hyn o bryd.
► Parhewch i gymryd eich meddyginiaeth fel arfer ar ddiwrnod y driniaeth.
► Osgowch frechiadau gan gynnwys pigiadau COVID-19 am 2 wythnos ar y naill ochr a'r llall i'r driniaeth.

Yn olaf...
Ni fwriedir i'r wybodaeth yn y daflen hon gymryd lle cyngor eich meddyg neu'ch tîm gofal iechyd. Os oes angen rhagor o wybodaeth arnoch neu os oes gennych unrhyw gwestiynau neu bryderon, siaradwch â'ch meddyg teulu neu cysylltwch â'ch Clinig Poen.

Addaswyd o Faculty of Pain Medicine (FPM) Patient Information Leaflet for General Injection Treatment

Ar ôl eich triniaeth, os oes gennych unrhyw gwestiynau neu bryderon, cysylltwch â'ch Meddyg Teulu/Uned Mân Anafiadau/Damweiniau ac Achosion Brys.

Neu

Cysylltwch â'r Gwasanaeth Poen Cronig ar **01495-768699** neu **01495-765701** (09:00 i 16:00 o ddydd Llun i ddydd Gwener)