

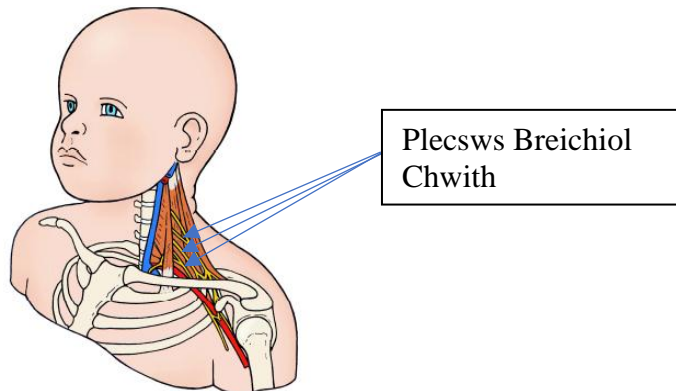
Gelwir parlys y plecsws breichiol cynhenid (PPBC) weithiau hefyd yn barlys y plecsws breichiol obstetrig neu barlys Erb. Parlys Erb yw'r math mwyaf cyffredin o barlys y plecsws breichiol sy'n cynnwys rhan uchaf y plecsws breichiol (C5-7).

Nid yw'r daflen hon i fod i gymryd lle'r wybodaeth a drafodwyd rhyngoch chi a'ch meddyg ond gall weithredu fel nodyn atgoffa defnyddiol o'r pwyntiau allweddol.

Beth yw plecsws breichiol?

Mae'r plecsws breichiol yn rhwydwaith o 5 nerf sy'n dod o'r gwddf i mewn i'r fraich. Mae'r nerfau hyn yn rhoi symudedd a theimlad i'r fraich a'r llaw. Mae'r nerfau hyn yn dechrau yn llinyn y cefn yn y gwddf a chânt eu galw'n C6, C7, C8 a T1.

Trwy'r nerfau hyn mae'r ymennydd yn anfon signalau trydanol i gyhyrau a chroen y fraich a'r llaw. Mae pob nerf yn rhoi symudedd a theimlad i rannau penodol o'r fraich a'r llaw.



Beth yw parlys y plecsws breichiol?

Mae hyn yn cyfeirio at anaf i nerfau'r plecsws breichiol a allai achosi i'ch babi gael anhawster symud ei fraich a hefyd colli teimlad.

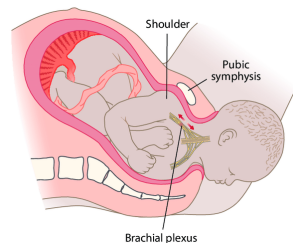
Sut mae hyn yn digwydd?

Mae'r anafiadau hyn fel arfer yn digwydd yn ystod tyniant yn ystod genedigaeth anodd gan arwain at ymestyn a / neu rwygo rhai neu'r cyfan o'r nerfwreiddiau (C5-T1).

Weithiau yn ystod yr enedigaeth, ar ôl i ben y baban ddod allan, mae'n bosibl i ysgwydd y baban fynd yn sownd ym mhelfis y fam (dystocia'r ysgwydd). Ar y cam hwn, mae'n bwysig iawn i'r babi gael ei eni'n gyflym. Er mwyn rhyddhau'r ysgwydd, gellir defnyddio amrywiaeth o symudiadau a gallan nhw arwain at ddifrod i nerfau'r fraich. Mae hefyd yn bosibl y

bydd y babi yn torri pont ei ysgwydd neu ei hwmerws (asgwrn uwch y fraich) yn ystod yr enedigaeth.

Yn ogystal â dystocia'r ysgwydd mae ffactorau risg eraill yn cynnwys babi mawr, esgoriad o chwith, cyfnod gwthio hir yr esgoriad ac esgoriad ag offer (gefel neu wactod).



Mathau o Anafiadau i'r Plecsws Breichiol

Mae gwahanol fathau o anafiadau i'r plecsws breichiol yn dibynnu a yw'r nerf yn cael ei ymestyn neu ei rwygo.

Asesu a Thrin

Yn dilyn genedigaeth, os amheuir anaf y plecsws breichiol, bydd gan eich babi asesiad gan bediatregydd. Byddai gofyn am belydr-X i wirio a oes unrhyw doriadau esgyrn os nad yw'ch babi'n defnyddio ei fraich yn ôl y disgwyl. Os oes gan eich babi anaf i'r plecsws breichiol, bydd atgyfeiriad ffisiotherapi yn cael ei wneud, a bydd apwyntiad dilynol cleifion allanol pediatrig yn cael ei drefnu. Mae'n bwysig iawn bod symudiad braich eich plentyn yn cael ei asesu a'i fonitro dros gyfnod gan y pediatregydd a'r ffisiotherapydd. Bydd y rhan fwyaf o blant sydd ag anafiadau i'r plecsws breichiol yn gwella gyda ffisiotherapi yn unig. Fodd bynnag, efallai y bydd angen llawdriniaeth ar rai.

I ddechrau, mae angen i'r plecsws breichiol orffwys i wella yn hytrach na chael triniaeth. Mae trin yn ofalus a chadw braich eich babi yr effeithir arno wedi'i chynorthwyo'n bwysig. Isod mae rhai o'r ffyrdd a all eich helpu i osod a thrin eich babi yn y dyddiau cychwynnol cyn yr adolygiad ffisiotherapi.

- **Gosod:**

Dylai'r fraich yr effeithir arni gael ei chynnal yn dda gyda'r llaw, penelin, a'r ysgwydd yn y safle niwtral wrth drin, bwydo a chofleidio. Yn aml bydd gosod tywel o dan y fraich berthnasol tra bydd y plentyn yn cysgu'n helpu i gadw'r fraich yn niwtral. Pan fydd eich babi'n cael ei godi neu ei gario, cynhaliwch ei fraich gyda'ch braich neu'ch corff fel nad yw pwysau ei fraich yn tynnu ar ei ysgwydd.



- **Gwisgo:**

Wrth wisgo, rhowch ei fraich yr effeithir arni drwy'r llawes yn gyntaf. Mae hyn yn gadael ei fraich heb ei effeithio i wneud y troelli a'r troi. Wrth ddadwisgo, tynnwch ei fraich nad effeithiwyd arni yn gyntaf. Yna bydd ei fraich yr effeithir arni'n llithro'n hawdd heb unrhyw droi.

Yn ystod y 48 awr gyntaf gall fod yn haws peidio â rhoi fest ar eich babi gan y gall fod yn anodd cynnal yr ysgwydd wrth roi hyn dros ben babi.

- **Golchi:**

Cadwch y fraich yn cael ei chynnal, fel gyda chario a chodi. Bydd rhaid i chi symud braich eich babi i allu glanhau o dan ei fraich ond ceisiwch ei symud yn ysgafn a chyn lleied â phosibl am y 48 awr gyntaf.

- **Ysgogiad synhwyrdd:**

Oherwydd nad yw'ch babi'n gallu symud ei fraich ei hun, nid yw'n gallu profi teimlad gwadau a rhannau eraill o'i gorff, fel y mae'n ei wneud yn naturiol gyda'i fraich arall. Felly, mae'n bwysig mwytho ei fraich yn ysgafn. Cofiwch agor ei law yn llawn a thylino ei gledr a'i fysedd (mae'n cael llawer o wybodaeth synhwyrdd o'i ddwylo).



Ffisiotherapi:

Bydd eich babi'n cael ei asesu gan ffisiotherapydd o fewn 10 diwrnod gwaith o dderbyn yr atgyfeiriad.

Bydd y ffisiotherapydd yn asesu symudiad braich gweithredol y babi a'r ystod yn ei gymalau braich; Bydd yn rhoi cyngor ar drin y babi ac yn dysgu ymarferion braich pan fo hynny'n briodol.

Nodau ffisiotherapi yw:

- Atal ei gyhyrau rhag mynd yn fyr
- Atal cymalau'r fraich berthnasol rhag anystwythder
- Annog eich babi i symud ei fraich
- Codi ymwybyddiaeth y babi o'i fraich
- Monitro datblygiad eich babi

Peidiwch â dechrau ymarferion nes iddynt gael eu dangos i chi gan ffisiotherapydd.

Bydd y ffisiotherapydd yn trefnu apwyntiad dilynol i wirio eich techneg ymarferion ac adolygu gweithrediad braich eich babi.

Os bydd y ffisiotherapydd a/neu'r pediatregydd yn teimlo nad yw gweithrediad y fraich yn cynyddu'n ddigonol erbyn 8 wythnos mae'n bosibl y bydd yn awgrymu atgyfeiriad i ganolfan arbenigol er mwyn asesu'r babi a gweld a oes angen llawdriniaeth. Bydd angen atgyfeiriad cynharach i'r ganolfan arbenigol ar fabanod sydd â pharlys plecsws breichiol llawn, pan fydd y plecsws breichiol cyfan (C5-8 a T1) wedi'i gynnwys.

Os bydd braich eich babi yn gwella'n llwyr caiff ei ryddhau. Os bydd y gwellhad yn anghyflawn bydd y ffisiotherapydd yn parhau i fonitro ac i roi cyngor ac mae'n bosibl y bydd yn cyfeirio at Therapydd Galwedigaethol os bydd angen.

Adfer: Mae'r adferiad o barlys y plecsws breichiol yn dibynnu ar ba wreiddiau neu nerfau sy'n cael eu difrodi a pha mor wael y maent yn cael eu difrodi. Mae'r adferiad hefyd yn dibynnu ar ymestyn / ffisiotherapi rheolaidd oherwydd bydd y canlyniadau'n is-optimaid os bydd anystwythder yn digwydd. Bydd y rhan fwyaf o blant sydd ag anaf i'r plecsws breichiol yn gwella gyda ffisiotherapi yn unig. Mae rhai angen llawdriniaeth.

Mae'n anodd rhagweld adferiad. Mae adfer gweithrediad y cyhyrau yn gyflym yn arwydd cadarnhaol. Mae tua dwy ran o dair o'r babanod sydd ag anaf i'r plecsws breichiol yn gwella ar eu pennau eu hunain yn llwyr erbyn iddynt gyrraedd 6 mis oed. Bydd y rhan fwyaf o ail-dyfu'r nerfau a gweithrediad y cyhyrau yn digwydd yn ystod y flwyddyn gyntaf. Fodd

bynag, efallai y bydd rhywfaint o wendid cyhyrau yn parhau. Gall 20-33% o gleifion fod â diffygion gweddilliol.

Gellir dod o hyd i'r grŵp cymorth cenedlaethol i rieni ar-lein yn:

<https://www.erbspalsygroup.co.uk/>

- [024 7641 3293](tel:02476413293)
- info@erbspalsygroup.co.uk

Addaswyd o daflen wybodaeth i rieni ar barlys y plecsws breichiol obstetrig gan wasanaethau ffisiotherapi Ysbyty Prifysgol Aneurin Bevan ar gyfer Plant ac Oedolion ag Anableddau Dysgu a Gwasanaeth Ffisiotherapi Pediatrig BIPBC.

Cyfeiriad:

Smith K, Patel V. Congenital brachial plexus palsy. *Paediatrics and Child Health* 2016; **26:4**:152-6

Vaishali Patel. Neonatolegydd Ymgynghorol. Ysbyty Athrofaol y Faenor Sheona Stubbs, Ffisiotherapydd Pediatrig Arweiniol Tîm, Canolfan Blant Serennu

Margaret Manton, Ffisiotherapydd Arweiniol Clinigol – Pediatreg ac ADY, Canolfan Blant Serennu