Gwybodaeth Ôl-driniaeth Isotretinoin

Uned Dermatoleg

Gan eich bod chi bellach wedi cwblhau'ch cwrs Isotrtinoin, cofiwch y pwyntiau pwysig canlynol:

- Rhaid i gleifion benywaidd barhau i ddefnyddio dulliau atal cenhedlu am 5 wythnos wedi i'r driniaeth gydag isotretinoin ddod i ben. Os ydych yn credu bod risg beichiogrwydd dylech gynnal prawf beichiogrwydd a gofyn am gyngor gynted â phosibl os yw'r prawf yn bositif. Argymhellir terfynu beichiogrwydd gan fod risg namau geni'n uchel

- Bydd eich croen yn raddol llai sych/coch dros yr 1-2 wythnos nesaf

- Croen tyner- efallai y bydd eich croen yn parhau'n dyner am hyd at 6 mis wedi i chi orffen eich isotretinoin. Dylech barhau i osgoi wacsio, dermagrafu, triniaeth laser, llawdriniaeth ar y croen nad yw'n frys, tyllu a thatŵio.

- Os bydd acne ysgafn yn parhau neu'n codi eto, triniaeth gan eich Meddyg Teulu yw'r cam cyntaf. Gall eli a thabledi gwrthfiotig drin acne yn effeithiol iawn ar ôl cwrs o isotretinoin, hyd yn oed os na fuon nhw'n effeithiol gynt, a dylech drio hyn gyntaf.

- Risg llosg haul – byddwch hyd yn oed yn fwy gofalus wrth amddiffyn eich croen rhag yr haul am 4 wythnos o leiaf

- Creithio – mae isotretinoin yn trin sbotiau acne newydd ac yn atal creithiau newydd rhag ffurfio. Nid yw'n helpu unrhyw greithiau a allai fod gennych yn barod. Bydd y rhain yn gwella'n araf dros amser. Gall triniaethau laser a philio helpu creithiau acne ond nid ydynt at gael ar y GIG a dylid eu gwneud yn ystod y flwyddyn gyntaf wedi'r driniaeth isotretinoin.

Gwefannau defnyddiol:

www.acnesupport.org.uk/

www.bad.org.uk

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