

Gwybodaeth i Rieni/Gofalwyr

Problemau Llyncu ar ôl

Mewndiwbio

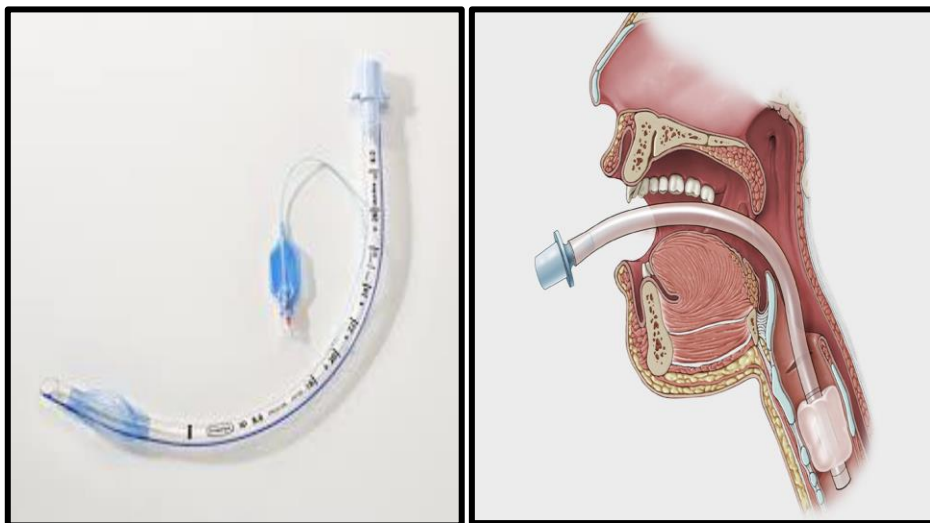
Therapydd Lleferydd ac Iaith

Problemau llyncu ar ôl mewndiwbio

Nod y daflen wybodaeth hon yw ateb rhai o'r cwestiynau allai fod gennych ynghylch newidiadau i'ch swyddogaeth lyncu ar ôl cael eich mewndiwbio mewn adran gofal dwys. Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu bryderon eraill ar ôl darllen y daflen hon, cysylltwch â ni ar y rhif a nodwyd. Gallwn wedyn roi rhagor o wybodaeth i chi a'ch cyfeirio at Therapyddion Lleferydd ac Iaith a all eich helpu.

Beth yw mewndiwbio?

Caiff tiwb anadlu bach plastig (a elwir yn diwb endotracheaidd) ei fewnosod yn eich gwddf i'ch helpu i anadlu yn ystod eich llawdriniaeth neu eich salwch. Bydd y tiwb yn mynd drwy'r tannau llais yn eich pibell wynt. I rai cleifion, gall hyn achosi llid yn y gwddf a'r bibell wynt a all olygu nad fydd eich tannau llais yn gweithio'n iawn. Po hiraf y bydd angen y tiwb hwn arnoch chi, y mwyaf tebygol y bydd hi y cewch broblemau llyncu neu lais ar ôl iddo gael ei dynnu.



Beth arall allai effeithio ar lyncu yn yr adran gofal dwys?

Mae nifer o driniaethau a roddir/gyflawnir yn yr adran gofal dwys sydd eu hangen i'ch cefnogi drwy gydol eich salwch. Gall rhai ohonynt effeithio ar lyncu, bwyta ac yfed. Gall y meddyginiaethau y mae angen i ni eu rhoi i gleifion i'w cadw wedi eu tawelyddu, achosi problemau lyncu. Mae deliriwm yn gyffredin mewn adrannau gofal dwys a gall olygu nad yw pobl yn ymwybodol o'u hamgylchoedd nac yn gallu gwneud pethau y byddent fel arfer yn eu gwneud, gan gynnwys eistedd i fyny, siarad, bwyta ac yfed. Mae llawer o gleifion yn mynd yn gorfforol wan iawn, yn gyflym iawn a gall hyn hefyd effeithio ar eich lyncu, bwyta ac yfed. Gall pobl sydd angen mwy o ocsigen i'w cynorthwyo i anadlu neu sy'n fyr o anadl ar ôl i'r tiwb anadlu gael ei dynnu ei chael yn anodd cydlynu anadlu a lyncu. Os oedd gennych broblemau lyncu eisoes cyn bod mewn gofal dwys, efallai oherwydd cyflwr meddygol arall, efallai y byddwch yn gweld pethau'n gwaethygu oherwydd eich bod wedi'ch mewndiwbio. Mae gan tua hanner y cleifion a gafodd eu mewndiwbio anawsterau lyncu o leiaf yn y tymor byr.

Sut y gellid effeithio ar fy lyncu?

Efallai eich bod yn profi un neu fwy o'r canlynol:

- Pesychu neu dagu pan fyddwch yn bwyta neu'n yfed
- Teimlad o fwyd yn mynd yn sownd ar ôl lyncu
- Llais sy'n swnio'n 'wlyb' ar ôl bwyta/yfed
- Poen yn y gwddf neu wrth lyncu
- Peswch gwan
- Problemau gyda 'gormod' o boer
- Haint ar y frest

Beth gallaf ei wneud i helpu fy hun i lyncu?

- Gwnewch yn siŵr eich bod yn sefyll yn unionsyth i fwyta ac yfed
- Ganolbwyntiwch ar fwyta ac yfed
- Cymerwch eich amser – peidiwch â rhuthro prydau bwyd na diodydd
- Peidiwch â cheisio siarad wrth fwyta ac yfed
- Bwytwch lai o fwyd ar y tro, gorffennwch un peth cyn bwyta'r nesaf
- Osgowch 'lyncu' diodydd – Cymerwch sipiau sengl bach ar y tro
- Cadwch eich ceg a'ch dannedd yn lân – bydd hyn yn lleihau'r tebygolrwydd o heintiau ar y frest

- Ceisiwch osgoi diodydd â chaffein neu fwydydd sbeislyd a allai achosi adlif asid

A fydd fy llyncu yn dychwelyd i normal?

Mae'r rhan fwyaf o gleifion yn gweld bod eu llyncu yn gwella dros amser, yn ystod y dyddiau a'r wythnosau ar ôl iddynt fod mewn gofal dwys. Fodd bynnag, mae rhai cleifion yn wynebu problemau am gyfnod hirach. Yn yr achos hwn, efallai y bydd angen profion arnoch i ymchwilio ymhellach, yn ogystal â therapi i'ch helpu i wella. Mae Therapyddion Lleferydd ac Iaith yn arbenigwyr yn y maes hwn a gallant asesu eich llyncu, eich helpu i ddeall beth sydd o'i le a gwneud cynllun triniaeth gyda chi.

Cysylltu â ni

Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu bryderon am unrhyw ran o'r wybodaeth yn y daflen hon cysylltwch â'r Adran **Therapi Lleferydd ac Iaith**:

Adran Therapi Lleferydd ac Iaith Oedolion

Ystafell 102 Pencadlys BIPAB
Ysbyty Sant Cadog
Lodge Road
Caerllion,
Casnewydd
NP18 3XQ

Rhif ffôn: 01633 431633

E-bost: central.library@newport.gov.uk

Enquiries.SLT.ABB@wales.nhs.uk

<http://www.sltgwentabhb.wales.nhs.uk>

