Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan
University Health Board

# Gwybodaeth i Gleifion

# Esoffagws Barrett

# Gastroenteroleg

---

## Beth ydy Esoffagws Barrett?

Cyflwr ydy Esoffagws Barrett lle mae'r leinin arferol, sy'n gorchuddio rhan isaf yr esoffagws yn newid i fod yn bilen denau fel leinin y stumog neu'r coluddyn bach. Enwyd y cyflwr hwn ar ôl llawfeddyg o Lundain o'r enw Norman Barrett yn y 1950au. Roedd e ymhlith y cyntaf i'w ddarganfod.

## Beth sy'n achosi Esoffagws Barrett?

Ni wyddys beth yw achos y cyflwr. Credir bod blynyddoedd o gynnwys y stumog yn adlifo i'r corn gwddf (a elwir yn ddŵr poeth weithiau) yn achosi anaf i leinin y gwddf. Gall y chwydd hwn arwain at ddifrod i gelloedd y gwddf ac achosi'r newid rydym yn ei alw yn Esoffagws Barrett. Weithiau gall sudd sy'n cynnwys bustl yn y coluddyn bach yn mynd yn ôl i'r stumog a'r corn gwddf. Mae'n bosibl bod y gymysgedd hon o sudd stumog a'r coluddyn yn fwy difrodus i'r corn gwddw nag asid ei hun.

Mewn amgylchiadau arferol, bydd y corn gwddf yn gwella ac yn mynd yn ôl i normal ond weithiau nid yw'n gwella yn y ffordd arferol. Ni wyddys pam na sut digwydd hyn. Ymddengys y gall y newid hwn fod yn fwy cyffredin yn achos cleifion sy'n wryw a/neu dros eu pwysau. Dangoswyd bod smocio yn gallu cyflymu unrhyw newid yn Oesoffagws Barret.

## Beth yw'r symptomau arferol?

- Yn aml nid oes symptomau i'r cyflwr ond bydd oesoffagws Barret weithiau'n digwydd pan gaiff person ei archwilio trwy endosgopi am symptomau dŵr poeth a chamdreuliad asid. Weithiau bydd oesoffagws Barret ar bobl sy'n cael endosgopi am reswm arall e.e. ymchwilio anaemia.

- Gallai symptomau prin cysylltiedig eraill gynnwys llais grug, peswch cronig, poen wrth lyncu neu fwyd yn aros ar ôl ei lyncu.

## Beth yw'r cymhlethdodau?

Mewn achosion prin gall Oesoffagws Barrett achosi cymhlethdod. Mae'r cymhlethdodau posibl yn cynnwys:-

- Wlser yn y corn gwddf
- Lyncu poenus
- Anhawster wrth lyncu
- Y corn gwddw yn culhau
- Yn brin, canser ar y gwddw. (Oesoffagws)

Ni fydd rhan fwyaf y cleifion ag Oesoffagws Barret fyth yn profi unrhyw un o'r cymhlethdodau uchod.

**Ydy Oesoffagws Barrett yn bwysig?**

Mae canser ar yr Oesoffagws (corn gwddw) yn datblygu gan 5% o'r cleifion y mae arnynt Oesoffagws Barrett yn ystod eu bywyd. Golyga hyn na fydd 19 claf o bob 20 ag Oesoffagws Barrett fyth yn datblygu canser ar yr oesoffagws. Gall canser ar yr Oesoffagws gymryd blynyddoedd i ddatblygu ac yn aml bydd newidiadau celloedd anarferol yn leinin y corn gwddw (dysplasia) yn gyntaf. Yn aml caiff cleifion eu gwahodd am endoscopi yn rheolaidd i ganfod dysplasia. Os caiff y newidiadau hyn eu canfod yn fuan, weithiau gellir gwella newidiadau cyn-ganser. Serch hynny, mae'n dal i fod yn ansicr pa mor fuddiol yw'r archwiliadau hyn ar y corn gwddw oherwydd bod cyn lleied o gleifion yn datblygu cymhlethdod. Ac nid oes unrhyw warant bod cael endosgopi yn rheolaidd yn canfod canser ar yr oesoffagws yn ystod cam pan ellir ei wella. Yn brin, gall canser ddatblygu rhwng un endosgopi goruchwylio a'r nesaf. Bydd hi'n rai blynyddoedd eto cyn y daw manteision ac anfanteision endosgopi yn glir. Hefyd, nid yw endosgopi heb risgiau ac mae'r rhain yn uwch mewn cleifion hŷn a/neu rhai ag afiechydon mawr ar y galon/brest.

**Beth yw'r driniaeth?**

Nod y driniaeth fel arfer ydy gostwng dŵr poeth, rheoli'r symptomau ac atal cymhlethdodau. Fel arfer, gwneir hyn trwy driniaeth cyffuriau, ond yn achlysurol caiff cleifion eu hymchwilio gyda'r bwriad o gynnal llawdriniaeth i atgyfnerthu'r uniad rhwng y stumog a'r corn gwddw.

Mae triniaethau arbrofol eraill wedi ymddangos dros y blynyddoedd diwethaf, ond mae'n aneglur a fydd unrhyw rai o fudd hirdymor.
Mae astudiaeth ryngwladol ar waith ar hyn o bryd. Gyda gobaith, bydd hyn yn pennu pa rai o'r technegau sydd fwyaf o gymorth at Oesoffagws Barrett.

Gallwch gymryd y mesurau defnyddiol hyn i ostwng adlifiad asid.

- Rhoi'r gorau i ysmygu
- Colli pwysau – os ydych chi dros eich pwysau
- Cyfyngu ar faint o fwyd brasterog a siocled a chaffein rydych chi'n ei fwyta.
- Gostyngwch faint o fwydydd sbeislyd a ffrwythau sitrws rydych chi'n eu bwyta os ydynt yn brifo eich corn gwddw neu'n achosi dŵr poeth.
- Ceisiwch beidio â bwyta prydau mawr, yn arbennig yn hwyr yn y nos neu cyn mynd i'r gwely.
- Ceisiwch beidio â gorlenwi eich stumog â diodydd mawr.
- Cysgwch yn sythach os yw'r dŵr poeth yn waeth yn y nos.

## Meddyginiaeth

Fel arfer caiff cleifion ag Oesoffagws Barrett eu trin â meddyginiaeth ar hyd eu hoes. Mae'r feddyginiaeth hon yn ceisio gostwng faint o asid gall y stumog ei wneud er mwyn gostwng y risg yr adlifa i'r oesoffagws (corn gwddw). Gelwir y feddyginiaeth gyffredin hon yn Ataliwr Pwmp Proton. (e.e. Omeprazole). Gall faint yn union a ddefnyddir amrywio o fath i fath a chaiff ei addasu tan reolir y symptomau.

## Beth sy'n digwydd nawr?

Wedi cael diagnosis Oesoffagws Barret, trafodir yr opsiynau at y dyfodol, sef:

a) Mynd am ail endosgopi a samplu meinwe, fel arfer bob tair blynedd. Ym mhob ymweliad, cymerir samplau biopsi i chwilio am unrhyw anarferoldeb ar y celloedd. Yn dibynnu ar gyflwr cyffredinol pob claf, mae'n gyffredin adolygu priodoldeb parhau â'r endosgopiau ar ôl cyrraedd 75 oed.

**NEU**

b) Cysylltu â'ch meddyg teulu pan fyddwch yn dioddef symptomau neu pan fydd newid yn eich symptomau treulio. Gall eich meddyg teulu asesu eich symptomau a naill ai newid eich triniaeth feddygol neu eich atgyfeirio at yr ysbyty am asesiad neu endosgopi. Mae'r opsiwn hwn yn golygu na fyddech yn cael endosgopi arall oni bai bod eich symptomau yn newid.

**COFIWCH - Mae angen sylw brys os cewch symptomau newydd o golli pwysau, poen neu anawsterau llyncu neu chwydu, gyda neu heb waed.**

## <u>Cyfeiriadau</u>


- CORE, 3 St Andrews Place, London NW1 4LB
- FORT, Adran Ffarmacoloeg Glinigol, Prifysgol Rhydychen, www.refluxhelp.org
- Guidelines for the Diagnosis and Management of Barrett's Columnar-lined Oesophagus, Cymdeithas Gastroenteroleg Prydain, 2005 (yn cael eu diweddaru 2013) www.bsg.org.uk


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