Triniaeth ffrwythlondeb gan ddefnyddio tabledi Clomid

Gwybodaeth i Gleifion

Beth yw Clomid a pham mae'n cael ei roi ar bresgripsiwn?

Defnyddir tabledi Clomid (clomiphene citrate) mewn triniaeth ffrwythlondeb i ysgogi ofyliad (rhyddhau wyau o'r ofarïau) mewn menywod nad ydynt yn ofylu'n rheolaidd, er enghraifft menywod sydd â syndrom ofarïau polysystig. Nod cymryd Clomid yw cynyddu ofyliad a chynyddu'r siawns y byddwch chi'n beichiogi. Mae'n gweithio trwy roi hwb i'r system hormonau i ysgogi rhyddhau wyau.

Cyn cymryd Clomid

Weithiau mae effaith meddyginiaethau'n cael eu newid gan rywbeth arall, fel meddyginiaeth arall, bwyd, atchwanegiadau, neu hyd yn oed gan gyflwr meddygol. Am y rhesymau hyn, mae'n bwysig bod eich meddyg yn gwybod am y canlynol cyn i chi ddechrau cymryd Clomid:

- Os ydych chi'n meddwl eich bod chi eisoes yn feichiog
- Os oes gennych chi broblemau gyda'r afu
- Os dywedwyd wrthych chi fod gennych chi syst ar yr ofarïau
- Os dywedwyd wrthych chi fod gennych chi diwmor sy'n ddibynnol ar hormonau (mae hwn yn ganser sy'n cael ei waethygu gan hormonau)
- Os ydych chi'n cael mislif trwm neu anarferol
- Os ydych chi'n cymryd unrhyw feddyginiaethau eraill; mae hyn yn cynnwys unrhyw feddyginiaethau rydych chi'n eu cymryd heb bresgripsiwn, fel meddyginiaethau llysieuol a chyflenwol.

Sut i gymryd Clomid

Tabled a gymerir drwy'r geg yw Clomid. Y dos cychwynnol fel arfer yw 50mg y dydd, i'w gymryd o ddiwrnod 2 hyd at ddiwrnod 6 cylchred eich mislif (diwrnod 1 yw diwrnod llawn cyntaf y gwaedu). Er mwyn eich helpu i gofio cymryd Clomid, cymerwch ef tua'r un amser bob dydd. Os byddwch chi'n anghofio cymryd dos, siaradwch â'ch meddyg, oherwydd efallai y bydd angen i chi newid cylch eich triniaeth. **Peidiwch â chymryd dau ddos gyda'i gilydd i wneud iawn am ddos rydych chi wedi'i anghofio.**

Pryd yw'r amser gorau i gael cyfathrach rywiol?

Argymhellir eich bod yn cael cyfathrach rywiol o leiaf 2-3 gwaith yr wythnos, a'u hamseru'n gyson drwy gydol y mis er mwyn ceisio beichiogi. Wrth gymryd Clomid, yr amser gorau i gael cyfathrach rywiol yw o 5 diwrnod ar ôl y dabled Clomid olaf (diwrnod 10 yn y cylch), bob yn ail ddiwrnod am wythnos.

Sut mae'r ymateb i'r driniaeth yn cael ei fonitro?

Bydd gofyn i chi fynychu prawf gwaed ar ddiwrnod 21 y cylch cyntaf i wirio lefel eich progesteron. Bydd hyn yn ein galluogi i wirio a ydych chi wedi ofylu. Gall gymryd 3-4 diwrnod i ganlyniad y prawf progesteron fod ar gael.

Cysylltwch ag ysgrifennydd y gwasanaethau ffrwythlondeb i gael y canlyniad **01873 732148**.

Os yw'r prawf gwaed yn dangos eich bod wedi ofylu, gellir ailadrodd yr un dos o Clomid yn y cylchredau canlynol, eto o ddiwrnod 2 hyd at ddiwrnod 6.
Os nad yw ofyliad wedi digwydd, fe'ch cynghorir i gynyddu'r dos i 100mg, bydd angen cymryd hwn bob dydd, eto o ddiwrnod 2 hyd at ddiwrnod 6 cylchred eich mislif. Byddwch hefyd yn cael presgripsiwn ar gyfer mwy o dabledi os cynyddir y dos. **Peidiwch** â chynyddu'r dos eich hun.

Bydd angen prawf gwaed lefel progesteron pellach ar ddiwrnod 21 o gylchred eich mislif os ydych wedi cael cyngor i gynyddu'r dos. Os yw'r prawf yn cadarnhau ofyliad, gellir ailadrodd yr un dos o Clomid yn y cylchoedd canlynol. Os nad oes gwaedu’n digwydd erbyn 6 wythnos ar ôl eich tabled Clomid olaf, dylech chi wneud prawf beichiogrwydd.

Os ydych chi'n feichiog, ni fydd angen triniaeth bellach arnoch chi a dylech chi roi gwybod i'ch meddyg teulu. Os yw eich prawf beichiogrwydd yn negyddol, gwnewch y prawf eto ymhen wythnos i gadarnhau'r canlyniad. Os nad ydych chi'n feichiog, dechreuwch gylch arall o driniaeth Clomid ar yr un dos ag uchod, ar eich mislif nesaf rhwng diwrnod 2 a diwrnod 6 o'ch cylchred.

Hyd y driniaeth

Ni argymhellir cymryd Clomid am **fwy na chwech chylch i ddechrau**. Os nad oes beichiogrwydd wedi digwydd ar ôl chwech chylchred, gofynnir i chi weld y meddyg ymgynghorol i gynllunio'r camau nesaf. Mae'n bosibl na fydd rhai cleifion yn ofylu o gwbl ar Clomid. O dan yr amgylchiadau hyn, bydd triniaethau amgen yn cael eu trafod.

Beth os nad oes gennych chi gylchred mislif?

Os nad ydych chi'n cael mislif yn rheolaidd, neu os nad ydych yn cael mislif yn ddigon aml, byddwch yn cael tabled progestin (fel Provera) i ysgogi gwaedu. Yna dechreuwch Clomid ar yr ail ddiwrnod ar ôl i'r mislif a ysgogwyd ddechrau, a dilynwch y cyfarwyddiadau uchod.

Pa sgil-effeithiau y gall y feddyginiaeth hon eu hachosi?

Nid yw'n gyffredin profi sgil-effeithiau wrth gymryd Clomid.
Mae'r symptomau mwy cyffredin yn cynnwys:
· Fflachiadau poeth, cur pen
· Anghysur yn yr abdomen (chwydd neu boen)
· Anghysur yn y fron
· Mislif afreolaidd â gwaedu neu smotiau gwaed rhwng cylchredau
· Newid sydyn mewn hwyliau, teimlo'n anniddig
·Gor-ysgogi'r ofarïau (lle mae'r ofarïau wedi gor-ymateb). Cysylltwch â'ch meddyg ar unwaith os byddwch chi'n profi chwydd yn y stumog, yn ennill pwysau neu'n teimlo'n fyr o wynt.
· Beichiogrwydd lluosog - mae nifer yr achosion o efeilliaid yn cynyddu i 5-10% wrth ddefnyddio Clomid, ond mae genedigaethau lluosog sy'n fwy nag efeilliaid yn brin (llai na 0.5%).
· Gallwch brofi **symptomau i'r golwg** (anghyffredin) ddigwydd, gan gynnwys golwg aneglur neu golwg ddwbl a gweld smotiau neu fflachiadau. **Os bydd y rhain yn digwydd, rhaid i chi roi'r gorau i'r driniaeth a rhoi gwybod i'ch meddyg ar unwaith.**
·Canser yr ofarïau: Gall defnyddio Clomid am gyfnodau hir (mwy na 6 chylch o driniaeth) gynyddu'r risg o ganser yr ofarïau 'ar y ffin' (cam rhwng normal a chanser). Y ffactorau risg mwyaf ar gyfer canser yr ofarïau yw hanes teuluol a ffactorau amgylcheddol. Mae mwy o risg o ganser yr ofarïau yn ddiweddarach mewn bywyd i fenywod sy'n llai ffrwythlon, ond mae geni babi yn lleihau'r risg eto. Dyma pam nad yw Clomid yn gyffredinol, yn cael ei ddefnyddio am fwy na 6 chylch o driniaeth.

Fe welwch restr lawn o symptomau ar daflen wybodaeth y gwneuthurwr a ddaw gyda'ch meddyginiaeth. Os oes unrhyw symptomau eraill y credwch chi allai fod yn gysylltiedig â'r tabledi hyn, siaradwch â'ch meddyg neu fferyllydd am gyngor.

Ymateb i'r driniaeth

Bydd tua 7 o bob 10 o gleifion sy'n cael eu trin â Clomid yn ofylu a bydd 4 o bob 10 yn beichiogi. Mae'r rhan fwyaf o fenywod sy'n ofylu yn gwneud hynny yn ystod tri mis cyntaf y driniaeth.

Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau pellach, os hoffech chi siarad â'r nyrsys cyswllt ffrwythlondeb neu os hoffech chi drefnu apwyntiad, cysylltwch ag ysgrifennydd y gwasanaethau ffrwythlondeb drwy ffonio 01873 732148.

Gwefannau defnyddiol NHS Choices:
[Fertility Network (fertilitynetworkuk.org)]
[Saving babies' lives - Charity for Babies | Tommy's (tommys.org)]

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