Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan University Health Board

Triniaeth Ffrwythlondeb gan ddefnyddio Tabledi Letrozole

Gwybodaeth i Gleifion

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

Mae tabledi Letrozole yn gweithio trwy atal yr ofarïau a meinweoedd eraill rhag cynhyrchu hormon o'r enw estrogen dros dro. Mae'n perthyn i ddosbarth o gyffuriau o'r enw atalyddion aromatase. Nid yw Letrozole wedi'i gymeradwyo'n swyddogol i'w ddefnyddio ar gyfer ysgogi ofyliad am nad yw'r cwmni cyffuriau wedi gwneud cais am drwydded benodol i ganiatáu triniaeth ar gyfer ffrwythlondeb.
Er hynny, mae'n cael ei ddefnyddio fwyfwy fel triniaeth gan arbenigwyr ffrwythlondeb i helpu datblygu wyau ac ysgogi ofyliad (rhyddhau wyau o'r ofarïau). Fe'i defnyddir mewn menywod nad ydynt yn ofylu'n rheolaidd. Fe'i defnyddir mewn menywod â syndrom ofarïau polysystig nad ydynt yn rhyddhau wyau. Y nod yw cynyddu ofyliad a chynyddu'r siawns y byddwch chi'n beichiogi. Mae Letrozole wedi cael ei ddefnyddio fel triniaeth ffrwythlondeb ers blynyddoedd lawer ac mae'n ymddangos ei fod yn ddiogel i'w ddefnyddio.

Pryd i ystyried Letrozole?

- Efallai y caiff ei argymell fel dewis arall yn hytrach na Clomid (clomiphene citrate)
- Os yw syndrom ofarïau polysystig (PCOS) arnoch chi ac nad ydych chi wedi ymateb i driniaeth ysgogi ofyliad gyda Clomid
- Os na allwch chi oddef Clomid
- Os ydych chi'n datblygu mwy o ffoliglau yn barhaus mewn ymateb i driniaeth ysgogi ofyliad
- Os yw Clomid yn effeithio ar ddatblygiad arferol leinin y groth

Beth yw manteision Letrozole?

- Nod cymryd Letrozole yw cynyddu ofyliad a chynyddu'r siawns y byddwch chi'n beichiogi
- Dangoswyd bod gan Letrozole gyfraddau gwell o ran ofyliad llwyddiannus
- Nid yw Letrozole yn gysylltiedig ag effeithiau negyddol ar leinin y groth (sydd weithiau i'w gweld â Clomid), ac felly mae'n arwain at gyfraddau geni uwch.
- Mae Letrozole yn gysylltiedig â mwy o gylchoedd lle mae un ffoligl yn unig yn datblygu felly mae'r gyfradd o feichiogrwydd lluosog yn is (o'i gymharu â Clomid)

Beth yw'r triniaethau amgen i Letrozole?

Mae yna ychydig o opsiynau triniaeth gwahanol er mwyn ysgogi ofyliad:

- Clomid (clomiphene citrate)
- Metformin (gellir ei gyfuno â Clomid) mewn menywod â PCOS
- Drilio'r ofarïau drwy lawdriniaeth laparosgopig (llawdriniaeth twll clo) mewn menywod â PCOS
- Triniaethau arbenigol (ar gael yn y clinig IVF)
    - Pigiadau o hormonau ysgogi ffoliglau (FSH)
    - Triniaethau cenhedlu â chymorth (IVF/ICSI)

Sut i gymryd Letrozole

Tabled a gymerir drwy'r geg yw Letrozole. Y dos cychwynnol fel arfer yw 2.5mg 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 Letrozole, 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 eich cylch 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 Letrozole, yr amser gorau i gael cyfathrach rywiol yw o 5 diwrnod ar ôl y dabled Letrozole 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 rhoi’r un dos o Letrozole 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 5mg, 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 rhoi’r un dos o Letrozole yn y cylchoedd canlynol. Os nad oes gwaedu’n

digwydd erbyn 6 wythnos ar ôl eich tabled Letrozole 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 yr wythnos i gadarnhau'r canlyniad. Os nad ydych chi'n feichiog, dechreuwch gylch arall o driniaeth Letrozole 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 Letrozole am **fwy na chwech chylch i ddechrau**. Os nad oes beichiogrwydd wedi digwydd ar ôl chwe 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 Letrozole. 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 Letrozole ar yr ail ddiwrnod ar ôl i'ch mislif a ysgogwyd ddechrau, a dilynwch y cyfarwyddiadau uchod.

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

Nid yw sgil-effeithiau gyda Letrozole yn gyffredin.
Mae'r symptomau mwy cyffredin yn cynnwys:

· Fflachiadau poeth, cur pen, pendro, blinder achlysurol
· Anghysur yn yr abdomen (chwydd neu boen)
· Syst ar yr ofarïau
· Gor-ysgogi'r ofarïau (lle mae'r ofarïau wedi gor-ymateb) (credir bod y risg yn llawer llai gyda Letrozole). 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 - amcangyfrifir bod nifer yr achosion o efeilliaid tua 1 o bob 30 o fenywod (3.4%) (mae hyn yn is na'r hyn a welir wrth ddefnyddio Clomid).
· 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**

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

Mae yna lawer o ffactorau a fydd yn dylanwadu ar eich ymateb i'r driniaeth ac a fyddwch chi'n cael genedigaeth fyw. Mewn menywod â PCOS, mae'r tebygolrwydd o enedigaeth fyw yn cynyddu gan hyd at 40-60% gyda Letrozole o'i gymharu â Clomid.

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