Progesteron (Cyclogest) yn ystod beichiogrwydd cynnar

Taflen Wybodaeth i Gleifion

Mae camesgoriad yn gymhlethdod cyffredin o feichiogrwydd cynnar, gan effeithio ar tua 20% o bob beichiogrwydd.

PROGESTERON

Mae progesteron yn hormon sy'n chwarae rhan bwysig yn y cylchred mislifol ac yng nghyfnodau cynnar beichiogrwydd.
Mae ein cyrff yn cynhyrchu progesteron. Mae'n cael ei gynhyrchu yn yr ofarïau ac yn dweud wrth leinin y groth i dyfu. Os byddwch yn beichiogi, mae'r wy sydd wedi'i ffrwythloni yn glynu wrth y leinin tew hwn. Os na fyddwch yn beichiogi, mae'r groth yn cael gwared ar y leinin tew hwn, sy'n cael ei basio yn ystod eich mislif.
Mae progesteron hefyd yn helpu eich corff i gynnal eich beichiogrwydd yn ystod y camau cynnar. Mae'n helpu i atal camesgoriad.
Gallwch gynyddu eich lefelau progesteron trwy ei gymryd fel atchwanegiad. Dim ond os yw meddyg wedi'i ragnodi i chi am reswm penodol y bydd angen i chi wneud hyn.

Pwy fydd yn elwa o brogesteron?

Mae'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE) yn dweud y dylech gael cynnig progesteron os yw'r canlynol yn wir:

- Rydych yn gwaedu yn ystod beichiogrwydd cynnar (cyn 12 wythnos), ac rydych wedi cael 1 neu fwy o gamersgoriadau yn y gorffennol.
- Defnyddiwyd sgan uwchsain i wirio eich beichiogrwydd a sicrhau ei fod yn y lle cywir yn y groth. (Gellir rhoi'r pesari cyn eich sgan).
- Nid yw progesteron yn driniaeth effeithiol i fenywod sydd â beichiogrwydd ectopig neu feichiogrwydd o leoliad anhysbys (PUL).

Dangosodd yr ymchwil hwn **nad yw progesteron yn effeithiol** os ydych yn ei gymryd

- cyn i chi feichiogi neu
- yn ystod beichiogrwydd os nad ydych yn gwaedu o'r wain ac os nad oes gennych hanes o gamesgoriad.

Pa mor effeithiol yw triniaeth progesteron?

Os ydych wedi cael 1 neu 2 o gamesgoriadau, gall cymryd progesteron yn ystod beichiogrwydd cynnar gynyddu eich siawns o gael beichiogrwydd llwyddiannus o tua 5%.
Os ydych wedi cael 3 neu fwy o gamesgoriadau, gall cymryd progesteron yn ystod beichiogrwydd cynnar gynyddu eich siawns o gael beichiogrwydd llwyddiannus o tua 15%.

A fydd cymryd progesteron yn effeithio ar fy mabi?

Mae'r canllawiau cyfredol yn dweud wrthym nad oes unrhyw dystiolaeth o niwed i fenywod a'u babi. Maent hefyd yn dweud nad oes digon o dystiolaeth i ddiystyru digwyddiadau anghyffredin yn llwyr. Fel gydag unrhyw driniaeth yn ystod beichiogrwydd, mae'n amhosibl rhagweld pob canlyniad hirdymor.

Ble gallaf gael triniaeth progesteron?

Os byddwch yn gwaedu neu os byddwch yn sylwi ar smotiau gwaed, cysylltwch â'ch meddygfa neu wasanaeth galw heibio'ch Meddyg Teulu lleol. Gallant eich cyfeirio at Uned Beichiogrwydd Cynnar (EPU) os oes angen.
Gallwch hefyd gysylltu â GIG 111 ar unrhyw adeg o’r dydd, a byddant yn eich cyfeirio at y gwasanaeth mwyaf priodol.
Os byddwch yn gwaedu’n drwm, neu os byddwch mewn llawer o boen, ewch i’ch adran achosion brys lleol ar unwaith.

Sut wyf yn cymryd progesteron?

Mae'n debyg y byddwch yn cael progesteron fel pesarïau’r wain (400mg ddwywaith y dydd). Mae hon yn dabled sy'n dod gyda chymhwysydd yr ydych yn ei ddefnyddio i'w roi'n uchel yn eich gwain. Mae rhai pobl yn cael pesarïau rectwm yn lle hynny neu yn ogystal. Rydych yn mewnosod y rhain yn eich pen-ôl.
Rydych yn defnyddio'r pesarïau o'r adeg y byddwch yn dechrau gwaedu o'r wain hyd at 16 wythnos o feichiogrwydd.

MEWNOSOD

Golchwch eich dwylo bob amser cyn mewnosod y pesari.
Tynnwch un pesari o’r stribed.
Rhowch y pesari ar ddiwedd eich bys. Gallwch naill ai ei fewnosod i'r wain neu'r rectwm (pen-ôl).

Mewnosod i’r wain
Rhowch y pesari rhwng gwefusau'r wain a gwthiwch y pesari i fyny ac yn ôl. Efallai y byddwch yn ei chael hi'n haws gwneud hyn os ydych yn gorwedd neu'n cyrcydio.

Mewnosod i’r rectwm (pen-ôl)

Mewnosodwch i'r rectwm (pen-ôl) a gwthiwch yn ysgafn i'r rectwm am tua un fodfedd. Bydd eich cyhyrau'n dal y pesari yn ei le pan fydd y pesari yn ddigon pell i mewn. Gwasgwch eich pen-ôl at ei gilydd am ychydig eiliadau.
Peidiwch â defnyddio Cyclogest os gennych chi:

- Alergedd i brogesteron
- Tiwmor hysbys neu’r amheuir bod gennych diwmor sy'n sensitif i hormonau

SGIL EFFEITHIAU

Fel pob meddyginiaeth, gall Cyclogest achosi sgil-effeithiau. Er nid pawb fydd yn cael unrhyw sgil-effeithiau.

Gall sgil-effeithiau gynnwys:

- Cur pen, pendro, a newid mewn hwyliau
- Brech ar y croen a all fod yn goslyd
- Poen neu deimlad anghyfforddus yn y bol
- Cyfog
- Syrthni
- Chochni’r wyneb/chwysu’r nos
- Dolur rhydd
- Mwy o ollyngiad o’r wain neu’r anws
- Poen yn y frest

Darllenwch y daflen a ddaw gyda’r feddyginiaeth a ragnodir.

Beth os wyf yn gwaedu ac yn fwy na 12 wythnos yn feichiog?

Os byddwch yn gwaedu yn ddiweddarach yn ystod eich beichiogrwydd, cysylltwch ag uned famolaeth yr ysbyty ar unwaith er mwyn i chi gael eich gwirio.
Nid oes gennym ddigon o dystiolaeth i ddweud bod llai o risg o gamesgoriad os dechreuir atchwanegiadau progesteron **ar ôl** 12 wythnos o feichiogrwydd a'u cymryd hyd at 16 wythnos. Gall rhai ysbytai ei ragnodi i chi beth bynnag, ond nid pob un.

Os byddwch yn anghofio defnyddio Cyclogest

Os byddwch yn anghofio mewnosod pesari, sicrhewch eich bod yn gwneud hynny cyn gynted â’ch bod yn cofio oni bai eich bod bron yn barod am y dos nesaf. Cofiwch ddefnyddio’r dosau sy’n weddill ar yr adeg gywir.

Sut i storio Cyclogest

- Cadwch y feddyginiaeth hon allan o olwg a chyrraedd plant.
- Peidiwch â’i storio’n uwch na 30°c.
- Peidiwch â defnyddio’r feddyginiaeth hon ar ôl y dyddiad dod i ben sydd i’w weld ar y label/carton neu focs.
- Peidiwch â thaflu meddyginiaethau drwy wastraff dŵr neu wastraff cartref.

Gofynnwch i'ch fferyllydd ar sut i gael gwared ag unrhyw feddyginiaeth nad ydych yn ei defnyddio mwyach.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau, ffoniwch:

Uned Beichiogrwydd Cynnar

Rhif Ffôn: 01633493984

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