Dyddiad cyhoeddi: Rhagfyr 2010

Deall canllawiau NICE

Gwybodaeth i bobl sy'n defnyddio gwasanaethau'r GIG

National Institute for Health and Clinical Excellence

Triniaeth llonyddu ar gyfer plant a phobl ifanc

Mae 'canllawiau clinigol' NICE yn rhoi cyngor i'r GIG ar ofalu am bobl sydd â chyflyrau neu glefydau penodol a'r triniaethau y dylent eu cael.

Mae'r llyfryn hwn yn ymwneud â gofal a thriniaeth i blant a phobl ifanc sy'n cael triniaeth llonyddu yn y GIG yng Nghymru a Lloegr. Mae'n egluro'r canllawiau (cyngor) gan NICE (y Sefydliad Cenedlaethol dros Iechyd a Rhagoriaeth Glinigol). Cafodd ei ysgrifennu ar gyfer rhieni a gofalwyr ond rydym yn deall y bydd llawer o blant a phobl ifanc eisiau gwybod drostynt eu hunain beth y mae canllawiau NICE yn ei ddweud. Gallai'r llyfryn hwn fod yn ddefnyddiol iddynt hwy hefyd ac unrhyw un sydd â diddordeb mewn triniaeth llonyddu ar gyfer plant a phobl ifanc.

Nod y llyfryn yw eich helpu i ddeall yr opsiynau gofal a thriniaeth a ddylai fod ar gael yn y GIG. Nid yw'n disgrifio triniaeth llonyddu'n fanwl. Dylai aelod o'ch tîm gofal iechyd drafod hyn gyda chi. Mae enghreifftiau o gwestiynau y gallech eu gofyn yn y llyfryn hwn i'ch helpu gyda hyn. Gallwch gael rhagor o wybodaeth gan y sefydliadau a restrir ar dudalen 10.

Cynnwys

Gofal sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn 3

Triniaeth llonyddu ar gyfer plant a phobl ifanc 5

Beth ddylai ddigwydd pan fyddwn yn gweld gweithiwr gofal iechyd proffesiynol? 5

Gwahanol fathau o driniaethau llonyddu 6

Beth sydd angen i'm plentyn ei wybod? 7

Bwyd ac ymprydio 7

A fyddaf yn gallu aros gyda'm plentyn pan fydd yn cael triniaeth llonyddu? 8

Cwestiynau y gallech fod am eu gofyn i'ch tîm gofal iechyd 9

Rhagor o wybodaeth 10

NICE 11

Mae'r cyngor yng nghanllawiau NICE yn cynnwys:

Gofal plant a phobl ifanc o dan 19 oed sy'n cael triniaeth llonyddu.

Nid yw'n edrych yn benodol ar y canlynol:

Gofal pobl 19 oed a throsodd sy'n cael triniaeth llonyddu.

Gofal sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn

Yn y GIG, mae hawliau a chyfrifoldebau gan gleifion a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol fel y nodir yng Nghyfansoddiad y GIG (www.dh.gov.uk/en/Healthcare/NHSConstitution/index.htm). Ysgrifennir pob un o ganllawiau NICE i adlewyrchu'r rhain. Mae hawl gan blant a phobl ifanc sy'n cael triniaeth llonyddu, a'u rhieni a'u gofalwyr (lle y bo'n briodol) i fod yn rhan o'r trafodaethau a gwneud penderfyniadau hyddysg am driniaeth a gofal gyda'r tîm gofal iechyd. Mae eu dewisiadau'n bwysig a dylai gweithwyr gofal iechyd proffesiynol gefnogi'r rhain lle bynnag y bo'n bosibl. Dylid trin pob claf a'i rieni a'i ofalwyr ag urddas a pharch.

Er mwyn helpu plant a phobl ifanc, a'u rhieni a'u gofalwyr lle y bo'n briodol, i wneud penderfyniadau, dylai gweithwyr gofal iechyd proffesiynol egluro triniaeth llonyddu. Dylent sôn am y manteision a'r risgiau posibl sy'n gysylltiedig ag amgylchiadau personol y plentyn neu'r person ifanc. Dylid rhoi gwybodaeth berthnasol i blant a phobl ifanc, a'u rhieni a'u gofalwyr, sy'n addas iddynt ac sy'n adlewyrchu unrhyw anghenion crefyddol, ethnig neu ddiwylliannol sydd ganddynt. Dylai hefyd ystyried unrhyw anableddau corfforol neu ddysgu, problemau gyda’r golwg neu’r clyw, neu anawsterau iaith sydd ganddynt. Dylent allu defnyddio gwasanaeth cyfieithydd neu eiriolwr (rhywun sy'n eich helpu i fynegi eich safbwynt) os oes angen.

Os yw'r plentyn neu'r person ifanc o dan 16 oed, bydd yn rhaid i'w rieni neu ei ofalwyr gytuno â'i driniaeth, oni bai ei bod yn amlwg bod y plentyn yn deall y driniaeth yn iawn ac y gall roi caniatâd.

Pan fo rhieni a gofalwyr yn rhan o'r driniaeth dylent allu trafod neu adolygu gofal eu plentyn. Fel y bydd triniaeth yn mynd rhagddi, neu amgylchiadau'n newid, mae'n bosibl y bydd plant a phobl ifanc (neu, lle

y bo'n briodol, rhieni a gofalwyr) yn newid eu meddwl am driniaeth neu ofal.

Dylai gweithwyr gofal iechyd proffesiynol ddilyn cyngor yr Adran Iechyd ar ganiatâd (www.dh.gov.uk/consent) a'r cod ymarfer ar gyfer y Ddeddf Galluedd Meddyliol. Mae gwybodaeth am y Ddeddf a materion yn ymwneud â chaniatâd ar gael yn www.publicguardian.gov.uk. Yng Nghymru dylai gweithwyr gofal iechyd proffesiynol ddilyn cyngor ar ganiatâd gan Lywodraeth Cynulliad Cymru (www.wales.nhs.uk/consent).

Dylid cynllunio gofal pobl ifanc sy'n symud o wasanaethau plant i wasanaethau oedolion yn unol â chanllawiau'r Adran Iechyd ('Transition: getting it right for young people' sydd ar gael o www.dh.gov.uk).

Mewn argyfwng, os na ellir cysylltu â'r sawl sydd â gofal rhiant, gall gweithwyr gofal iechyd proffesiynol roi triniaeth ar unwaith pan fo hynny er lles y plentyn neu'r person ifanc.

Triniaeth llonyddu ar gyfer plant a phobl ifanc

Bydd triniaeth llonyddu yn gwneud i'ch plentyn deimlo'n gysglyd ac yn llonydd. Mae'n helpu i leihau ofn a phryder, rheoli poen neu helpu'r unigolyn i aros yn llonydd yn ystod triniaeth. Caiff ei defnyddio ar gyfer ystod o driniaethau poenus neu annymunol ar gyfer plant a phobl ifanc. Gall y triniaethau hyn gael eu cyflawni er mwyn helpu i ganfod cyflwr neu ar gyfer triniaeth megis gwaith deintyddol. Os yw'r driniaeth y bydd eich plentyn yn ei chael yn boenus, gall triniaeth llonyddu helpu i leihau'r boen. Mae triniaeth llonyddu'n cynnwys pigiad, llyncu hylif neu anadlu nwy drwy fasg.

Beth ddylai ddigwydd pan fyddwn yn gweld gweithiwr gofal iechyd proffesiynol?

Efallai na fydd rhai triniaethau yn addas i'ch plentyn, yn dibynnu ar ei union amgylchiadau. Os oes gennych gwestiynau am y triniaethau a'r dewisiadau penodol sydd wedi'u cynnwys yn y llyfryn hwn, cofiwch siarad ag aelod o'ch tîm gofal iechyd.

Os yw eich plentyn yn cael triniaeth ac mae ei weithiwr gofal iechyd proffesiynol (gallai fod yn feddyg, yn ddeintydd neu'n nyrs) o'r farn y byddai triniaeth llonyddu yn helpu, dylai'r gweithiwr gofal iechyd proffesiynol weld a yw triniaeth llonyddu'n addas i'ch plentyn yn gyntaf. Dylai ofyn i chi am broblemau meddygol mae eich plentyn wedi eu cael yn y gorffennol a meddyginiaethau mae eich plentyn yn eu cymryd neu wedi eu cymryd yn y gorffennol (gan gynnwys unrhyw alergeddau). Dylai hefyd asesu'r canlynol:

- ei gyflwr meddygol ar hyn o bryd
- ei bwysau
- profiad o driniaeth llonyddu neu anesthetig yn y gorffennol
- ei iechyd cyffredinol, gan gynnwys ei anadlu, drwy gynnal archwiliad corfforol
- ei ddealltwriaeth a'i allu i ymdopi â'r driniaeth.

Gwahanol fathau o driniaethau llonyddu

Dylai eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol drafod y dewis o dechnegau ar gyfer triniaeth llonyddu yn seiliedig ar:

- beth yw'r driniaeth, er enghraifft a yw'n boenus neu'n ddi-boen
- pa mor gysglyd a llonydd y bydd angen i'ch plentyn fod
- a yw'r dechneg yn addas i'ch plentyn
- beth fyddai'n well gennych chi neu'ch plentyn.

Dylid rhoi gwybod i chi, a rhoi gwybodaeth ysgrifenedig i chi, am dechneg y driniaeth llonyddu arfaethedig, unrhyw ddewisiadau amgen, a'r manteision a'r sgîl-effeithiau sy'n gysylltiedig â phob dewis.

Dim ond os ydych chi, neu eich plentyn os yw'n ddigon hen, yn caniatáu iddo, y bydd y driniaeth llonyddu'n mynd rhagddi.

Dengys y tabl isod beth fydd yn digwydd i'ch plentyn fel arfer wrth iddo gael lefelau gwahanol o driniaeth llonyddu.

Lefel y driniaeth llonyddu	Ar gyfer pa fath o driniaeth y defnyddir hwn fel arfer?	Sut y bydd hyn yn effeithio ar fy mhlentyn?
Braidd dim i gymedrol	Gwaith deintyddol	Bydd yn ymlacio ac ychydig yn gysglyd
Cymedrol	Endosgopi	Bydd yn gysglyd iawn ond yn hawdd ei ddeffro
Dwfn	Sganiau MRI neu osod asgwrn wedi torri	Bydd yn cysgu'n drwm

Beth sydd angen i'm plentyn ei wybod?

Er mwyn i'ch plentyn fod yn gwbl barod ar gyfer y driniaeth y bydd yn ei chael o dan driniaeth llonyddu, dylid rhoi cyngor sy'n addas iddo ar y canlynol:

- y driniaeth y bydd yn ei chael pan fydd wedi cael ei lonyddu
- beth y dylai ei wneud a beth y dylai gweithiwr gofal iechyd proffesiynol ei wneud
- beth y gallai ei deimlo wrth gael y driniaeth (er enghraifft, diffrwythder)
- sut i ymdopi â'r driniaeth.

Os credwch nad yw eich gofal yn cyfateb i'r hyn a ddisgrifir yn y llyfryn hwn, siaradwch ag aelod o'ch tîm gofal iechyd yn gyntaf.

Dylai'r gweithiwr gofal iechyd proffesiynol sy'n rhoi'r cyngor i'ch plentyn sicrhau ei fod wedi deall y wybodaeth.

Bwyd ac ymprydio

Cyn iddo ddechrau'r driniaeth llonyddu, dylai eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol ofyn a chofnodi pryd oedd y tro diwethaf i'ch plentyn fwyta ac yfed rhywbeth.

Ni ddylai eich plentyn fwyta am chwe awr cyn cael triniaeth llonyddu, nac yfed hylifau clir am un awr ymlaen llaw. Os yw'n bwydo ar y fron ni ddylai gael unrhyw laeth y fron am bedair awr cyn cael triniaeth llonyddu. Efallai na fydd hyn yn berthnasol mewn argyfwng neu ar gyfer rhai mathau o driniaethau llonyddu.

A fyddaf yn gallu aros gyda'm plentyn pan fydd yn cael triniaeth llonyddu?

Dylid cynnig y cyfle i chi aros gyda'ch plentyn ar ôl iddo gael triniaeth llonyddu os yw'n briodol. Os byddwch yn penderfynu bod gydag ef pan fydd wedi cael y driniaeth llonyddu byddwch yn cael cyngor ar beth i'w wneud i helpu. Ar ôl i'ch plentyn gael y driniaeth llonyddu efallai y gofynnir i chi aros y tu allan i'r ystafell driniaeth tra caiff y driniaeth ei chyflawni.

Os ydych wedi siarad â'ch tîm gofal iechyd a'ch bod o'r farn bod triniaeth yn addas i chi, ond nad yw ar gael, gallwch gysylltu â'ch gwasanaeth cyngor a chysylltiadau cleifion ('PALS') lleol neu Galw Iechyd Cymru.

Cwestiynau y gallech fod am eu gofyn i'ch tîm gofal iechyd

- Pa mor ddwfn fydd fy mhlentyn wedi'i lonyddu? Sut mae hyn yn wahanol i anesthetig cyffredinol?
- Beth fydd yn digwydd pe byddai fy mhlentyn yn bwyta rhywbeth ychydig oriau cyn y driniaeth llonyddu?
- Beth yw'r ffordd orau o gefnogi fy mhlentyn yn ystod y driniaeth llonyddu?
- Beth fydd yn digwydd os yw fy mhlentyn yn poeni llawer am y driniaeth?
- A fydd fy mhlentyn yn cael unrhyw sgîl-effeithiau o'r driniaeth llonyddu?
- Beth fydd yn digwydd os na all fy mhlentyn oddef y driniaeth ar ôl cael triniaeth llonyddu?
- Beth fydd yn digwydd os nad wyf am i'm plentyn gael triniaeth llonyddu?
- Beth y dylwn ei wneud os bydd fy mhlentyn yn sâl ar ôl gadael yr ysbyty?
- Os yw'r driniaeth yn boenus pa ddulliau lleddfu poen a gaf?

Rhagor o wybodaeth

Gall y sefydliad isod roi rhagor o wybodaeth a chymorth i bobl sy'n cael triniaeth llonyddu. Nodwch nad yw NICE yn gyfrifol am ansawdd na chywirdeb unrhyw wybodaeth neu gyngor a roddir gan y sefydliad hwn.

- Coleg Brenhinol Anesthetyddion
  www.youranaesthetic.info

Gall NHS Choices (www.nhsdirect.wales.nhs.uk) fod yn fan da i gael gwybod mwy. Efallai y gall eich gwasanaeth cyngor a chysylltiadau cleifion (a elwir yn 'PALS' fel arfer) lleol roi rhagor o wybodaeth a chymorth i chi. Dylech hefyd gysylltu â PALS os nad ydych yn fodlon ar y driniaeth a gynigir i chi, ond dylech drafod eich gofal ag aelod o'ch tîm gofal iechyd yn gyntaf. Os na all eich PALS lleol eich helpu, dylent eich cyfeirio at eich gwasanaeth eiriolaeth cwynion annibynnol lleol. Os ydych yn byw yng Nghymru dylech siarad â Galw Iechyd Cymru i gael gwybodaeth am bwy i gysylltu â nhw.

NICE

Mae NICE yn llunio canllawiau (cyngor) i'r GIG ynglŷn ag atal, canfod a thrin cyflyrau meddygol. Ysgrifennir y canllawiau gan arbenigwyr annibynnol gan gynnwys gweithwyr gofal iechyd proffesiynol a phobl sy'n cynrychioli cleifion a gofalwyr. Maent yn ystyried y dystiolaeth sydd ar gael am y cyflwr a'r triniaethau, barn cleifion a gofalwyr a phrofiadau meddygon, nyrsys a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol eraill. Disgwylir i staff sy'n gweithio yn y GIG ddilyn y canllawiau hyn.

I gael rhagor o wybodaeth am NICE, ei waith a sut mae'n gwneud penderfyniadau, ewch i www.nice.org.uk/AboutGuidance

Mae'r llyfryn hwn a fersiynau eraill o'r canllaw sydd wedi'u targedu at weithwyr gofal iechyd proffesiynol ar gael yn www.nice.org.uk/guidance/CG112

Rydym yn annog y GIG a sefydliadau gwirfoddol i ddefnyddio testun o'r llyfryn hwn yn eu gwybodaeth eu hunain am driniaeth llonyddu ar gyfer plant a phobl ifanc.

National Institute for Health and Clinical Excellence
MidCity Place, 71 High Holborn, London, WC1V 6NA; www.nice.org.uk
ISBN 978-1-84936-480-5
N2429 10k 1P December 10

© National Institute for Health and Clinical Excellence. All rights reserved. This material may be freely reproduced for educational and not-for-profit purposes. No reproduction by or for commercial organisations, or for commercial purposes, is allowed without the express written permission of NICE.

Update information

February 2019: the amount of time you can drink clear fluids for before fasting was changed to 1 hour.

ISBN: 978-1-4731-3300-6