Cerrig bustl

Hydref 2014

Ynglŷn â'r wybodaeth hon

Mae canllawiau NICE yn rhoi cyngor ar y gofal a'r cymorth a ddylai gael eu cynnig i bobl sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd a gofal.

Mae'r wybodaeth hon yn esbonio'r cyngor ar gerrig bustl a nodir yng nghanllaw clinigol NICE 188.

A yw'r wybodaeth hon yn berthnasol i mi?

Ydy, os ydych yn 18 oed neu drosodd a bod gennych gerrig bustl neu eich bod wedi cael cerrig bustl yn y gorffennol, bod gennych symptomau a allai olygu bod gennych gerrig bustl, neu fod gennych haint yn y goden fustl wedi'i achosi gan gerrig bustl.

Nid yw'n ymdrin â heintiau yn y goden fustl sydd wedi'u hachosi gan salwch neu anaf difrifol.

Cerrig bustl

Cerrig a all ffurfio yn y goden fustl a dwythellau'r bustl yw cerrig bustl. Mae'r goden fustl a dwythellau'r bustl yn rhan o'r system dreulio sy'n cynhyrchu bustl, sy'n helpu i ddadelfennu brasterau. Mae'r ddwy organ wedi'u cysylltu, felly weithiau gall cerrig bustl symud o'r goden fustl i ddwythell y bustl. Nid yw'r hyn sy'n achosi cerrig bustl yn hysbys yn achos y rhan fwyaf o bobl. Maent yn gyffredin iawn, ac nid ydynt yn achosi symptomau na phroblemau i'r rhan fwyaf o bobl.

Ond weithiau gall cerrig bustl wneud i chi deimlo'n sâl neu gyfogi, a gallant achosi poen yn y stumog, y cefn a'r ysgwydd. Os na chaiff cerrig bustl eu trin, gallant achosi problemau gyda'r afu/iau megis clefyd melyn (pan fydd y croen yn troi'n felyn), a heintiau difrifol yn y goden fustl, dwythell y bustl a'r pancreas.

Eich tîm gofal

Gall amrywiaeth o weithwyr proffesiynol sy'n arbenigo mewn meysydd triniaeth neu gymorth gwahanol fod yn rhan o'ch gofal. Gallai'r rhain gynnwys meddygon arbenigol megis gastroenterolegwyr (meddygon sy'n arbenigo yn y system dreulio) a radiolegwyr (meddygon sy'n defnyddio technoleg megis lluniau pelydr-X i wneud diagnosis o salwch), nyrsys arbenigol, llawfeddygon a meddygon teulu.

Gweithio gyda chi

Dylai eich tîm gofal drafod cerrig bustl â chi. Dylai egluro unrhyw brofion, triniaethau neu gymorth y dylid eu cynnig i chi er mwyn i chi benderfynu ar y cyd beth sydd orau i chi. Gall eich teulu neu eich gofalwr eich helpu i wneud penderfyniadau, ond dim ond os ydych yn cytuno ar hynny.

Efallai yr hoffech ddarllen gwybodaeth NICE i'r cyhoedd am Brofiadau cleifion mewn gwasanaethau'r GIG i oedolion. Mae'n nodi'r hyn y dylai oedolion allu ei ddisgwyl wrth ddefnyddio'r GIG. Mae gennym hefyd ragor o wybodaeth ar wefan NICE am ddefnyddio gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

Efallai na fydd rhai triniaethau neu ofal a nodir yma yn addas i chi. Os credwch nad yw eich triniaeth yn cyd-fynd â'r cyngor hwn, siaradwch â'ch tîm gofal.

Gwneud diagnosis o gerrig bustl

Os bydd eich meddyg yn credu y gall fod cerrig bustl gennych, dylai gynnig prawf gwaed i chi i weld sut mae eich afu/iau yn gweithio, a sgan uwchsain o'ch abdomen. Gan ddibynnu ar ganlyniadau'r profion hyn, mae'n bosibl y cewch gynnig profion eraill hefyd.

Os bydd eich meddyg yn credu efallai mai problem arall sy'n achosi eich symptomau yn hytrach na cherrig bustl, dylai eich cyfeirio i gael rhagor o brofion.

Trin cerrig bustl yn y goden fustl

Os oes gennych gerrig bustl yn eich coden fustl ond nad oes gennych symptomau, dylai eich meddyg eich sicrhau na fydd angen unrhyw driniaeth arnoch. Os yw'r cerrig bustl yn achosi problemau i chi, dylid cynnig llawdriniaeth twll clo i chi i dynnu eich coden fustl. Mae hyn oherwydd bod eich symptomau yn debygol o ddychwelyd ar ôl unrhyw driniaeth arall ar gyfer cerrig bustl. Os bydd angen llawdriniaeth arnoch, bydd eich meddyg yn gallu trafod beth y mae hyn yn ei olygu â chi. Gan ddibynnu ar eich amgylchiadau cymdeithasol a meddygol, mae'n bosibl y byddwch yn gallu dychwelyd adref ar yr un diwrnod ag y cewch eich llawdriniaeth.

Os bydd cerrig bustl wedi achosi haint yn eich coden fustl, dylid cynnig llawdriniaeth i chi i'w thynnu o fewn wythnos o gael diagnosis o'r haint.

Mae'n bosibl na fydd rhai pobl â chyflyrau neu salwch arall yn ddigon iach i gael tynnu eu coden fustl. Dylai eich meddyg gynnig llawdriniaeth i chi eto pan fyddwch yn ddigon iach. Mewn achosion prin iawn, ni fydd dewisiadau amgen cyffredin i lawdriniaeth (megis gwrthfiotigau) yn gweithio, ac os felly, mae'n bosibl y cynigir triniaeth i chi i ddraenio'r hylif heintiedig o'ch coden fustl.

Trin cerrig bustl yn nwythell y bustl

Dylid tynnu cerrig bustl bob amser os byddant yn nwythell y bustl. Fel arfer, defnyddir endosgopi (mewnosod tiwb tenau, hyblyg i lawr eich gwddf er mwyn cynnal llawdriniaeth y tu mewn i'ch corff) i dynnu'r cerrig bustl yn nwythell y bustl, a defnyddir llawdriniaeth twll clo i dynnu eich coden fustl. Gellir cynnal yr endosgopi ar yr un pryd â'r llawdriniaeth neu ar adeg wahanol. Efallai y cynigir llawdriniaeth twll clo i chi er mwyn tynnu'r cerrig a'r goden fustl yn lle hynny. Bydd eich meddyg yn trafod yr hyn y mae'r llawdriniaeth yn ei olygu ac am ba hyd y bydd angen i chi aros yn yr ysbyty.

Ni ellir tynnu rhai cerrig bustl yn nwythell y bustl gan ddefnyddio endosgopi. Os felly, dylid cynnig triniaeth i chi er mwyn helpu i ddraenio'r hylifau allan o ddwythell y fustl. Dylid cynnal y driniaeth hon ar yr un pryd â'r endosgopi. Dim

ond hyd nes y gellir tynnu'r cerrig bustl yn llwyr y dylid defnyddio'r driniaeth hon.

Osgoi bwyd a diod sy'n achosi eich symptomau

Mae pobl â cherrig bustl yn aml yn gweld bod rhai mathau o fwyd a diod yn achosi eu symptomau. Dylech osgoi unrhyw fwyd neu ddiod sy'n achosi eich symptomau hyd nes y bydd eich coden fustl neu'ch cerrig bustl wedi cael eu tynnu. Ar ôl hyn, dylech allu bwyta ac yfed fel arfer.

Ar ôl i chi wella o gael tynnu eich coden fustl neu'ch cerrig bustl, dylech gysylltu â'ch meddyg teulu os bydd gennych unrhyw symptomau (gan gynnwys symptomau nad oedd gennych o'r blaen) ar ôl bwyta neu yfed.

Cwestiynau i'w gofyn am gerrig bustl

Gall y cwestiynau hyn eich helpu i drafod eich cyflwr neu'r triniaethau a gynigiwyd i chi gyda'ch tîm gofal iechyd.

Darganfod beth sy'n bod (diagnosis)

- A allwch ddweud mwy wrthyf am y profion/ymchwiliadau rydych wedi'u cynnig i mi?
- Beth mae'r profion hyn yn ei olygu?
- Ble y cânt eu cynnal? A fydd angen i mi eu cael yn yr ysbyty?
- Pa mor hir y bydd yn rhaid i mi aros am y profion hyn?
- Pa mor hir y bydd yn ei gymryd i gael y canlyniadau?

Eich cyflwr

- A allwch ddweud mwy wrthyf am gerrig bustl?
- Pam bod gennyf gerrig bustl?
- A oes unrhyw sefydliadau cymorth yn fy ardal leol?
- A allwch roi unrhyw wybodaeth i'm teulu/gofalwyr?
- A fyddai'n helpu fy nghyflwr pe byddwn yn gwneud rhai newidiadau i'm deiet?

- A oes unrhyw fathau penodol o fwyd a diod sydd fel arfer yn achosi symptomau mewn pobl â cherrig bustl?

Triniaethau

- A allwch ddweud wrthyf pam rydych wedi penderfynu cynnig y math penodol hwn o driniaeth i mi?
- Beth yw manteision ac anfanteision y driniaeth hon?
- Beth fydd yn ei gynnwys?
- Sut y bydd yn fy helpu? Pa effaith a gaiff ar fy symptomau a'm bywyd bob dydd? Pa fath o welliannau y gallaf eu disgwyl?
- A oes unrhyw risgiau yn gysylltiedig â'r driniaeth hon?
- Pryd y dylwn ddechrau teimlo'n well a beth y dylwn ei wneud os na fyddaf yn dechrau teimlo'n well erbyn hynny?
- Beth yw fy opsiynau o ran cymryd triniaethau eraill heblaw'r driniaeth rydych wedi'i chynnig i mi?
- Beth fydd yn digwydd os byddaf yn dewis peidio â chael y driniaeth a gynigiwyd gennych?
- A oes unrhyw wybodaeth arall (fel taflen, DVD neu wefan y gallaf edrych arni) y gallaf ei chael am y driniaeth?

Ffynonellau cyngor a chymorth

- Ymddiriedolaeth yr Afu/Iau Prydain, 01425 481320
  www.britishlivertrust.org.uk
- Guts UK Charity: Funding research to fight diseases of the gut, liver & pancreas
  www.gutscharity.org.uk

Gallwch hefyd fynd i NHS Choices am ragor o wybodaeth.

Nid yw NICE yn gyfrifol am ansawdd na chywirdeb unrhyw wybodaeth neu gyngor a roddir gan y sefydliadau hyn.

ISBN: 978-1-4731-0901-8