NHS

Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth Glinigol

Gwasanaethau gofal iechyd ar gyfer canser y pen a'r gwddf

Deall arweiniad NICE – gwybodaeth i'r cyhoedd

Cyflwyniad

Mae'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth Glinigol (a elwir hefyd yn NICE) wedi cyhoeddi arweiniad ar drefniadaeth gofal iechyd ar gyfer oedolion sy'n dioddef o ganser y pen a'r gwddf. Mae'r arweiniad yn argymell pa weithwyr gofal iechyd proffesiynol ddylai fod yn rhan o'r driniaeth a'r gofal, a'r mathau o ysbytai neu ganolfannau canser sy'n fwyaf addas i ddarparu'r gofal iechyd hwnnw – gelwir y math hwn o arweiniad yn 'arweiniad gwasanaeth'.

Mae'n bwysig cofio bod llawer o argymhellion arweiniad gwasanaeth yn gofyn am newidiadau mawr o ran y ffordd y mae adran o'r GIG yn gweithio. Er na ellir gwneud newidiadau o'r fath dros nos, mae'r GIG yn gweithio i roi holl argymhellion yr arweiniad ar waith.

Caiff yr argymhellion allweddol o'r arweiniad gwasanaeth canser y pen a'r gwddf eu crynhoi yn yr adrannau canlynol. Rhoddir rhagor o wybodaeth am y rhain a'r argymhellion eraill yn y fersiwn llawn, sef *Improving Outcomes in Head and Neck Cancers*, sydd ar gael o wefan NICE (www.nice.org.uk) neu o Linell Ymateb y GIG (gweler tudalen 4). Mae'r adroddiad llawn hefyd yn cynnwys crynodeb o'r dystiolaeth a ystyriwyd wrth baratoi'r argymhellion.

Er bod arweiniad gwasanaeth yn cyfeirio at ffurfiau priodol o ymchwilio a thriniaeth weithiau, nid yw'n rhoi gwybodaeth fanwl am y meysydd hyn. Gellir dod o hyd i wybodaeth fanylach am ymchwiliadau a dulliau o drin canser y pen a'r gwddf o ffynonellau eraill (mae Galw Iechyd Cymru Ar Lein, www.nhsdirect.wales.nhs.uk, yn fan cychwyn da gyda chysylltiadau â ffynonellau gwybodaeth eraill am ganser y pen a'r gwddf). Dylai pobl sy'n pryderu ynglŷn â'u hiechyd eu hunain gysylltu â'u meddyg teulu neu eu tîm canser.

Canser y pen a'r gwddf

Mae canser y pen a'r gwddf yn enw cyffredinol ar sawl ffurf wahanol, ond anghyffredin o ganserau. Maent yn cynnwys canserau'r geg, y wefus neu'r tafod (canserau geneuol), neu rannau uchaf y llwnc (y corn gwddf a'r argeg). Mae canserau'r pen a'r gwddf hefyd yn cynnwys rhai ffurfiau prin o ganserau megis canserau'r chwarren boer, y trwyn, y sinysau a'r glust ganol, a chanserau nerfau ac esgyrn y pen a'r gwddf.

Mae'r arweiniad hefyd yn cwmpasu canserau'r thyroid (chwarren yn y gwddf sy'n cynhyrchu hormonau sy'n rheoleiddio metaboledd). Mae canser y thyroid yn gymharol anghyffredin ac mae'n wahanol i'r canserau eraill a drafodir, felly caiff ei ystyried ar wahân mewn rhai rhannau o'r ddogfen hon.

Ni chwmpesir canserau'r croen, sarcoma a thiwmorau ar yr ymennydd gan yr arweiniad ar ganser y pen a'r gwddf (mae NICE yn datblygu arweiniad ar wahân ar gyfer y rhain). Yn yr un modd, nid yw'r arweiniad yn cwmpasu lymffoma, sef canser ar y nodau lymff a all achosi lympiau yn y gwddf, oherwydd bod NICE wedi gwneud argymhellion ar wahân ar gyfer gwasanaethau ar gyfer y math hwn o ganser (*Improving Outcomes in Haematological Cancers/Gwella Canlyniadau Canserau Hematolegol* [1]).

Mae dulliau o drin canserau'r pen a'r gwddf fwyaf llwyddiannus os cânt eu canfod a'u trin yn gynnar. Caiff y rhan fwyaf o ganserau'r pen a'r gwddf eu trin gyda llawdriniaeth i dynnu'r tiwmor allan, neu gyda radiotherapi (triniaeth sy'n defnyddio pelydrau-X) neu'r ddau. Fel rheol, ni ddefnyddir cemotherapi (triniaeth sy'n defnyddio meddyginiaethau canser) ar ei ben ei hun i drin y canserau hyn ond mae'n bosibl y caiff ei ddefnyddio mewn cyfuniad â radiotherapi (gelwir hyn yn gemoymbelydredd).

Mae'n bosibl y bydd angen i gleifion gael llawdriniaeth gosmetig neu adlunio ar gyfer ardaloedd sydd wedi'u niweidio, neu ddeintyddiaeth arbenigol ar ôl i'r tiwmor gael ei

[1] Ar gael ar wefan NICE (www.nice.org.uk).

drin. Ar ôl cael radiotherapi a/neu lawdriniaeth, mae'n bosibl y bydd pobl yn ei chael hi'n anodd i fwyta, yfed a siarad, ac efallai y bydd angen i rai ymdopi ag anffurfiad ar y wyneb. Efallai y bydd dulliau o drin rhai mathau o ganserau'r pen a'r gwddf yn cynnwys tynnu'r corn gwddf (laryncs); os felly, bydd yn rhaid i'r person anadlu drwy agoriad yn y gwddf (stoma) ac mae'n bosibl y bydd angen iddo ddysgu i gyfathrebu mewn ffyrdd newydd.

Argymhellion allweddol

Dylai rhwydweithiau canser benderfynu pa ysbytai fydd yn gwneud diagnosis, yn trin ac yn gofalu am gleifion

Caiff gwasanaethau canser y Gwasanaeth Iechyd Gwladol mewn ysbytai a'r gymuned eu trefnu yn rhwydweithiau (a elwir yn rhwydweithiau canser). Mae'r rhain yn dod â gwasanaethau iechyd, sefydliadau gwirfoddol ac awdurdodau lleol amrywiol ynghyd.

Mae NICE yn argymell y dylai'r rhwydweithiau canser benderfynu pa ysbytai yn eu hardal ddylai wneud diagnosis, trin a gofalu am gleifion sy'n dioddef o fathau gwahanol o ganserau'r pen a'r gwddf. Yn y dyfodol, bydd y rhan fwyaf o gleifion sy'n dioddef o ganser y pen a'r gwddf yn cael eu hasesu a'u trin mewn canolfannau canser arbenigol, a fydd yn gwasanaethu dros 1 filiwn o bobl.

Dylai timau amlddisgyblaethol fod yn gyfrifol am bob claf

Mae tîm amlddisgyblaethol yn cynnwys gweithwyr gofal iechyd proffesiynol sy'n meddu ar yr holl sgiliau, y wybodaeth a'r profiad perthnasol sy'n ymwneud â maes gofal iechyd arbennig. Mae angen tîm amlddisgyblaethol oherwydd bod gwneud diagnosis, trin a gofalu am berson sy'n dioddef o ganser y pen a'r gwddf yn gallu bod yn waith cymhleth ac mae angen mewnbwn gan weithwyr gofal iechyd proffesiynol arbenigol amrywiol.

Mae NICE yn argymell y dylai pawb sy'n dioddef o ganser y pen a'r gwddf gael eu trin gan dîm amlddisgyblaethol. Bydd y timau hyn yn gyfrifol am asesu cleifion, cynllunio triniaethau, a gofalu am gleifion. Dylai timau arbenigol ofalu am bobl sy'n dioddef o diwmorau yn y thyroid, neu diwmorau eraill sy'n anghyffredin neu'n anodd i'w trin (gweler y golofn ar y dde).

Ar gyfer y ffurfiau mwy cyffredin o ganser y pen a'r gwddf, dylai pob tîm amlddisgyblaethol ofalu am o leiaf 100 o gleifion newydd bob blwyddyn. Ar gyfer ffurfiau llai cyffredin megis canser y thyroid neu ganserau anghyffredin eraill, bydd timau amlddisgyblaethol yn gwasanaethu dros 1 filiwn o bobl. O ganlyniad, bydd aelodau'r tîm yn trin digon o gleifion bob blwyddyn i sicrhau eu bod yn meddu ar y sgiliau diweddaraf.

Dylai timau amlddisgyblaethol arbenigol ofalu am bobl sy'n dioddef o rai tiwmorau anghyffredin neu anodd a chanser yn y thyroid

Dylai fod timau amlddisgyblaethol arbennig ar gael hefyd i drin cleifion y mae eu canser yn anghyffredin neu'n cyflwyno problemau arbennig o heriol, megis tiwmorau yn y chwarren boer a thiwmorau yng ngwaelod y benglog. Bydd pa arbenigwyr y bydd eu hangen yn y timau hyn yn dibynnu ar y math o ganser.

Dylai pobl sy'n dioddef o ganser yn y thyroid dderbyn gofal gan dimau amlddisgyblaethol canser yn y thyroid. Dylai'r rhain naill ai fod:

- yn dimau canser y pen a'r gwddf sy'n cynnwys arbenigwyr ym maes meddyginiaeth endocrinaidd (dulliau o drin anhwylderau'r hormonau a'r chwarennau sy'n eu secredu), neu
- timau canser endocrinaidd arbenigol.

Rolau'r timau

Mae'r timau amlddisgyblaethol yn gyfrifol am asesu anghenion cleifion a gweithio gyda hwy i gynllunio eu triniaeth a'u gofal. Maent hefyd yn rhoi cymorth a chyngor i weithwyr gofal iechyd proffesiynol lleol sy'n gofalu am gleifion y tu allan i'r ganolfan lle y mae'r tîm amlddisgyblaethol wedi'i leoli.

Dylid cynnal llawdriniaethau gan lawfeddygon sy'n aelodau o'r tîm amlddisgyblaethol a'u cynnal mewn ysbyty sy'n cynnwys ward pen a gwddf arbenigol. Ond ar gyfer cleifion sy'n dioddef o diwmorau bach sydd wedi'u lleoli yn y geg neu'r llwnc, mae'n bosibl y cynhelir llawdriniaeth gan lawfeddygon sy'n rhan o'r tîm amlddisgyblaethol mewn ysbytai nad ydynt yn cynnwys ward arbenigol.

Pwy ddylai fod yn rhan o'r timau

Mae arweiniad NICE yn rhoi manylion am y mathau o weithwyr gofal iechyd proffesiynol y dylid eu cynnwys ym mhob tîm amlddisgyblaethol ar gyfer canser y pen a'r gwddf a chanser y thyroid. Mae'r rhain yn cynnwys llawfeddygon a meddygon sy'n arbenigo ym maes trin canser gan ddefnyddio cyffuriau neu radiotherapi, nyrsys a deintyddion arbenigol, a staff cymorth i drefnu cyfarfodydd tîm a chadw cofnodion. Mae'n bosibl y bydd angen i gleifion sy'n dioddef o diwmorau anghyffredin yn y pen a'r gwddf neu broblemau eraill gael gofal gan arbenigwyr ychwanegol a ddylai ymuno â'r tîm pan fo'u hangen.

Ym mhob tîm canser y thyroid, dylai un aelod fod yn gymwys i roi triniaeth gyda radioïodin (ïodin ymbelydrol), a ddefnyddir o bosibl ar ôl tynnu'r chwarren thyroid allan i ddinistrio unrhyw gelloedd canser sy'n weddill.

Fel rheol, dylai'r timau gyfarfod bob wythnos i drafod y dulliau o drin a gofalu am eu cleifion.

Dylai fod systemau clir ar waith er mwyn i gleifion gael eu gweld yn gyflym gan arbenigwyr

Pan fydd cleifion yn gweld eu meddyg am y tro cyntaf, nid yw'n amlwg eu bod yn dioddef o ganser fel rheol. Caiff y rhan fwyaf o gleifion eu cyfeirio at ysbyty neu glinig lleol i ddechrau. Os canfyddir neu amheuir yn gryf fod y person yn dioddef o ganser, sy'n digwydd yn y lleiafrif o gleifion, dylid cyfeirio'r claf o'r fan honno i ganolfan ganser arbenigol.

Mae cleifion sy'n dioddef o ganser y pen a'r gwddf yn tueddu i wneud yn well os cânt eu trin cyn gynted â phosibl, felly dylai fod systemau clir ar waith o fewn pob rhwydwaith canser i sicrhau y caiff cleifion eu gweld yn gyflym gan arbenigwyr. Dylai meddygon, deintyddion a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol eraill sydd o bosibl yn gweld cleifion sy'n dioddef o symptomau a allai gael eu hachosi gan ganser y pen a'r gwddf, ddeall y trefniadau hyn.

Dylid cyfeirio cleifion sy'n dioddef o rai symptomau diffiniedig o ganser y pen a'r gwddf, ar frys i feddyg pen a gwddf arbenigol mewn ysbyty dosbarth lleol. Dylid cyfeirio cleifion sydd â lwmp ar eu gwddf i glinig asesu lympiau, a ddylai fod ar gael drwy rwydweithiau canser er mwyn sicrhau diagnosis a chyfeiriad cyflym. Os canfyddir canser, dylid cyfeirio'r claf ar unwaith at y tîm amlddisgyblaethol priodol. Dylid cyfeirio cleifion sy'n dioddef o rai symptomau diffiniedig o ganser y thyroid yn uniongyrchol at dîm amlddisgyblaethol y thyroid.

Dylai fod gwasanaethau cymorth ar gael i bob claf sydd eu hangen

Mae gan staff sy'n darparu gwasanaethau arbenigol rôl hollbwysig yn y gwaith o ofalu am gleifion a rhoi cymorth iddynt. Gall nyrsys, therapyddion lleferydd ac iaith, dietegwyr a deintyddion arbenigol roi gwybodaeth a thrafod opsiynau triniaeth gyda chleifion. Gall hyn helpu cleifion i gymryd rhan lawn yn y gwaith o ofalu amdanynt a gwneud penderfyniadau. Dylid darparu gwasanaethau arbenigol eraill sydd eu hangen wrth asesu, trin ac adsefydlu cleifion, megis gwasanaethau seicolegol, seiciatryddol a chynghori.

Arbenigwyr nyrsio clinigol

Mae arbenigwr nyrsio clinigol yn nyrs sy'n meddu ar hyfforddiant a phrofiad arbenigol mewn maes arbennig. Gallant ddarparu cymorth seicolegol a chymdeithasol i gleifion a'u teuluoedd ac maent yn rhan o'r gwaith o gydlynu gofal cleifion.

Dylai'r arbenigwr nyrsio clinigol weithio'n agos gydag aelodau eraill o'r tîm amlddisgyblaethol hefyd i sicrhau y caiff sefyllfa a phryderon unigol y claf eu hystyried wrth gynllunio a rheoli eu gofal.

Mae NICE yn argymell y dylai cleifion allu gweld arbenigwr nyrsio clinigol a enwir sy'n arbenigo ym maes y pen a'r gwddf drwy gydol y cyfnod y byddant yn dioddef o'r clefyd, ac y dylid cynnig cyfle i bob claf weld arbenigwr nyrsio clinigol cyn y gwneir penderfyniadau am eu triniaeth a'u gofal. Dylai cleifion a gofalwyr allu cysylltu â'u harbenigwr nyrsio clinigol os bydd ganddynt gwestiynau, neu os bydd angen cymorth arnynt i ymdopi â'u clefyd neu ei ganlyniadau. Dylai'r arbenigwr nyrsio clinigol fod ar gael i roi cymorth pan fo angen hynny, a allai fod am gryn amser ar ôl i'r claf adael yr ysbyty.

Therapyddion lleferydd ac iaith

Gall dulliau o drin canser y pen a'r gwddf achosi anawsterau wrth siarad, bwyta neu lyncu. Mae'n bosibl y bydd yr anawsterau hyn yn digwydd yn dilyn radiotherapi, neu ar ôl llawdriniaeth ar y wyneb neu'r geg megis tynnu'r corn gwddf (laryncs) allan. Dylai cleifion sy'n dioddef o'r anawsterau hyn allu gweld therapydd lleferydd ac iaith a manteisio ar offer arbenigol pan fo angen.

Gwasanaethau deintyddol

Yn ystod eu gofal, mae llawer o bobl sy'n dioddef o ganser y pen a'r gwddf yn profi problemau gyda'u dannedd, eu hwyneb a'u ceg. Mae'n bosibl fod hyn o ganlyniad i'r canser ei hun neu'r llawdriniaeth neu'r radiotherapi a ddefnyddiwyd i'w drin. Mae'n bosibl y bydd angen gwasanaethau deintyddol arbenigol cyn neu ar ôl cael triniaeth, yn arbennig yn achos radiotherapi, a dylent fod ar gael i gleifion os bydd eu hangen arnynt. Dylai ymgynghorydd sy'n meddu ar y profiad priodol gydlynu gofal deintyddol cleifion.

Gwasanaethau maetheg a dieteteg

Dylai cleifion sydd angen gwybodaeth am eu diet cyn, yn ystod ac ar ôl eu triniaeth allu gweld dietegydd sy'n arbenigo'n benodol ym maes canser y pen a'r gwddf. Gall y dietegydd roi cymorth a chyngor i gleifion ynglŷn â sut i gynnal diet da tra'n ymdopi â sgîl effeithiau'r driniaeth. Weithiau, mae effeithiau'r canser neu'r driniaeth yn golygu bod yn rhaid i'r person gael ei fwydo drwy diwb. Os bydd hyn yn digwydd, mae gan ddietegwyr rôl bwysig o ran darparu gwybodaeth a chymorth.

Dylai timau cymorth lleol ddarparu cymorth hirdymor yn y gymuned

Dylai pob uned ganser neu ganolfan ganser sefydlu timau cymorth lleol i reoli gofal cleifion ar ôl iddynt adael yr ysbyty. Gan ddibynnu ar anghenion y claf unigol, gall aelodau o'r tîm cymorth lleol gynnwys: arbenigwr nyrsio clinigol, therapydd lleferydd ac iaith, dietegydd, hylenydd deintyddol, ffisiotherapydd, therapydd galwedigaethol, gweithiwr cymdeithasol, seicolegydd, seiciatrydd, a chynghorydd. Gall cleifion lleol eraill sy'n meddu ar brofiad o'r gwasanaethau canser ac sy'n fodlon darparu cymorth hefyd fod yn rhan o'r tîm.

Dylai timau cymorth lleol weithio'n agos gyda gwasanaethau eraill cysylltiedig, ar bob lefel o ofal y cleifion. Dylent allu manteisio ar y gwasanaethau lleol angenrheidiol i ddarparu cymorth hirdymor ac i fynd i'r afael ag anghenion adsefydlu'r claf. Dylai aelod penodol o'r tîm cymorth lleol gydlynu gofal pob claf.

Dylid rhoi gwybodaeth i gleifion a'u gofalwyr ynglŷn â gofalu am glwyf, y geg a'r dannedd. Dylid dangos i'r rheini sy'n cael llawdriniaeth sut i fyw gydag unrhyw newidiadau sy'n deillio o gael y weithdrefn. Gallai hyn gynnwys rheoli stomata a ychwanegwyd yn ystod y llawdriniaeth i gynorthwyo yn y dasg o fwyta ac anadlu. Dylid rhoi rhifau cyswllt iddynt ar gyfer y tîm cymorth lleol a all eu helpu gydag unrhyw broblemau.

Dylid casglu gwybodaeth

Dylai timau amlddisgyblaethol sicrhau y caiff gwybodaeth am glefyd, triniaethau a chanlyniadau cleifion eu cofnodi. Mae angen y wybodaeth hon i werthuso a gwella gwasanaethau ar gyfer cleifion sy'n dioddef o ganser y pen a'r gwddf.

Dylid gwneud mwy o waith ymchwil

Mae angen rhagor o waith ymchwil i'r gwaith o reoli canserau'r pen a'r gwddf ar frys er mwyn gwella'r gofal a roddir i gleifion. Dylai'r timau amlddisgyblaethol fod yn rhan o'r astudiaethau perthnasol, a lle y bo'n briodol, gwahoddir cleifion i gymryd rhan mewn treialon clinigol gan ddefnyddio triniaethau newydd.

Gwybodaeth bellach

Mae'n bwysig cofio y gallai eich gwasanaethau lleol fod ychydig yn wahanol i'r rheini a ddisgrifiwyd yma – mae arweiniad NICE yn nodi'r ffordd y dylai gwasanaethau canser y pen a'r gwddf ddatblygu dros y blynyddoedd nesaf.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau am eich iechyd neu iechyd aelod o'ch teulu neu ffrind, dylech siarad â'ch meddyg teulu. Os ydych chi, neu ffrind neu berthynas yn dioddef o ganser y pen neu'r gwddf a bod gennych gwestiynau am y wybodaeth yma, neu ynglŷn â thriniaeth a gofal iechyd yn gyffredinol, dylech siarad ag aelod o'ch tîm canser y pen a'r gwddf. Yn ogystal â hyn, gellir cael rhagor o wybodaeth am ganser y pen a'r gwddf (gan gynnwys arwyddion neu symptomau canser y pen a'r gwddf) a grwpiau cymorth o Galw Iechyd Cymru (sydd ar gael ar y Rhyngrwyd yn www.nhsdirect.wales.nhs.uk neu dros y ffôn ar 0845 46 47).

Mae NICE hefyd wedi cyhoeddi arweiniad ar wasanaethau gofal cefnogol a lliniarol ar gyfer oedolion sy'n dioddef o ganser, sy'n cynnwys argymhellion am faterion megis cyfathrebu a'r mathau o wasanaethau cymorth y dylid eu cynnig i bobl. Gellir dod o hyd i ragor o wybodaeth ar wefan NICE (www.nice.org.uk); mae copïau o'r wybodaeth ar gyfer y cyhoedd ar gael o Linell Ymateb y GIG (ffoniwch 0870 1555 455 a dyfynnu rhif cyfeirnod N0476).

Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth Glinigol
MidCity Place
71 High Holborn
London
WC1V 6NA

Gwefan: www.nice.org.uk

ISBN: 1-84257-811-1

Mae copïau o'r ddogfen hon ar gael o wefan NICE neu o Linell Ymateb y GIG (ffoniwch 0870 1555 455 a dyfynnu cyfeirnod N0745). Mae'r llawlyfr arweiniad, *Guidance on Cancer Services – Improving Outcomes in Head and Neck Cancer: Manual Update* (cyfeirnod N0758) a chryno ddisg sy'n cynnwys yr holl ddogfennaeth gan gynnwys y dystiolaeth ymchwil y mae'r arweiniad yn seiliedig arni (cyfeirnod N0759) hefyd ar gael.

Cyhoeddwyd gan y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth Glinigol
Tachwedd 2004

© Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth Glinigol, Tachwedd 2004. Cedwir pob hawl. Gellir atgynhyrchu'r deunydd hwn am ddim at ddibenion addysgol ac at ddibenion nad ydynt yn gysylltiedig ag elw o fewn y GIG. Ni chaniateir atgynhyrchu gan neu ar gyfer sefydliadau masnachol heb ganiatâd ysgrifenedig uniongyrchol y Sefydliad.