

Cobladu'r disg rhyngfertebrol drwy bigiad ar gyfer poen yng ngwaelod y cefn a sciatica

Ionawr 2016

Beth mae NICE wedi'i ddweud?

Mae [cobladu'r disg rhyngfertebrol drwy bigiad](#) ar gyfer poen yng ngwaelod y cefn a sciatica yn ddigon diogel ac yn gweithio'n ddigon da i'w ddefnyddio yn y GIG.

Beth mae hyn yn ei olygu i mi?

Dylai eich gweithiwr iechyd proffesiynol esbonio'r hyn y mae cael y driniaeth hon yn ei olygu yn llawn a thrafod y manteision a'r risgiau posibl â chi. Yn benodol, dylai egluro unrhyw opsiynau triniaeth eraill sydd ar gael ac y gallai fod angen triniaethau pellach arnoch. Dylech hefyd gael gwybod sut i gael rhagor o wybodaeth am y driniaeth. Dylai hyn oll ddigwydd cyn i chi benderfynu a ydych am gael y driniaeth hon ai peidio.

Y cyflwr

Gall haen allanol gwydn y disg weithiau rwygo, gan adael y canol meddal i chwyddo drwy'r rhywg. Gelwir hyn yn dorgest, neu 'disg wedi llithro'. Os bydd yn pwyso ar nerf, gall y disg wedi llithro achosi poen yn y cefn, y goes (sciatica), a fferdod neu wendid yn y coesau.

Mae triniaethau yn cynnwys poenladdwyr, cyffuriau i leihau llid, pigladau corticosteroid i'r ardal yr effeithiwyd arni, fisiotherapi ac aciwbgiad. Os nad yw'r triniaethau hyn yn gweithio a bod y symptomau yn ddifrifol neu'n para am gyfnod hir gellir tynnu'r disg, naill ai drwy lawdriniaeth agored neu gan ddefnyddio technegau llai ymwithiol. Gelwir hyn yn ddissectomi.

Mae NICE wedi ystyried defnyddio [cobladu'r disg rhyngfertebrol drwy bigiad](#) fel opsiwn triniaeth arall.

Gall [NHS Choices](#) a [gwybodaeth NICE i'r cyhoedd am boen yng ngwaelod y cefn](#) fod yn fan da i gael mwy o wybodaeth.

Y driniaeth

Gwneir y driniaeth hon o dan anesthetig cyffredinol, gyda'r claf wedi'i lonyddu ac yn gorwedd ar ei wyneb. Nod y driniaeth yw lleddfau poen yng ngwaelod y cefn a sciatica drwy dynnu meinwe o'r disg sydd wedi cael niwed.

Rhoddir nodwydd yn y disg drwy ddefnyddio arweiniad pelydr X. Caiff tiwb hyblyg tenau (electrod) ei basio drwy'r nodwydd, i mewn i'r disg. Caiff yr electrod ei gynhesu, sy'n dinistrio'r meinwe o'i amgylch, ac yna ei dynnu allan. Gwneir hyn tua 6 gwaith yn ystod y driniaeth.

Buddiannau a risgiau

Pan edrychodd NICE ar y dystiolaeth, penderfynodd bod digon o dystiolaeth i wybod pa mor dda y mae'r driniaeth hon yn gweithio. Roedd y saith astudiaeth a ystyriwyd gan NICE yn cynnwys tua 4000 o gleifion.

Yn gyffredinol, dangoswyd y manteision canlynol:

- Lleddfau poen, sy'n para am o leiaf 12 mis ar ôl y driniaeth.
- Gwella'r gallu i wneud tasgau bob dydd.

Dangosodd yr astudiaethau bod y risgiau yn cynnwys problemau ar ôl y driniaeth yn cynnwys poen, tynhau neu wewyr, a gwendid yn y cyhyrau. Roedd y rhain yn gwella dros amser i'r rhan fwyaf o bobl.

Dywedwyd wrth NICE hefyd am y risgiau posibl o niwed i'r meinwe neu'r pibellau gwaed.

Os hoffech wybod rhagor am yr astudiaethau, gweler y [canllaw](#). Gofynnwch i'ch gweithiwr iechyd proffesiynol esbonio unrhyw beth nad ydych yn ei ddeall.

Cwestiynau i'w gofyn i'ch gweithiwr iechyd proffesiynol

- Beth yn union yw'r driniaeth hon?
- Beth yw'r manteision posibl?
- Beth yw'r tebygolrwydd y bydd y manteision hynny yn berthnasol i mi? A allai'r driniaeth wneud i mi deimlo'n waeth?
- A oes triniaethau eraill ar gael?

- Beth yw risgiau'r driniaeth?
- A yw'r risgiau'n fach neu'n ddifrifol? Pa mor debygol ydynt o ddigwydd?
- Pa ofal y bydd ei angen arnaf ar ôl y driniaeth?
- Beth sy'n digwydd os aiff rhywbeth o'i le?
- Beth allai ddigwydd os na chaf y driniaeth?

Ynglŷn â'r wybodaeth hon

Mae [canllawiau ymyriadau](#) NICE yn rhoi cyngor i'r GIG ar ddiogelwch triniaeth a pha mor dda y mae'n gweithio.

ISBN: 978-1-4731-1793-8