

Triniaeth electrothermol drwy bigiad i anwlws y disg rhyngfertebrol ar gyfer poen yng ngwaelod y cefn a sciatica

Ionawr 2016

Beth mae NICE wedi'i ddweud?

Prin yw'r dystiolaeth gadarn sy'n dangos pa mor dda y mae [triniaeth electrothermol drwy bigiad i anwlws y disg rhyngfertebrol](#) ar gyfer poen yng ngwaelod y cefn a sciatica yn gweithio, ond nid oes unrhyw bryderon mawr o ran diogelwch. Dylai ond cael ei defnyddio os rhoddir esboniad manwl o'r risgiau a bod camau ychwanegol yn cael eu rhoi ar waith i gofnodi ac adolygu beth sy'n digwydd.

Mae angen cynnal rhagor o ymchwil ar y driniaeth hon ac efallai y bydd NICE yn ailystyried y driniaeth os caiff rhagor o dystiolaeth ei chyhoeddi.

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 na fydd y driniaeth o bosib yn gwella eich symptomau ac y gall eich symptomau ailymddangos ar ôl y driniaeth. Dylech hefyd gael gwybod sut i gael rhagor o wybodaeth am y driniaeth ac am opsiynau triniaeth amgen. Dim ond ar ôl cael y drafodaeth hon y dylid gofyn i chi a hoffech gael y driniaeth hon. Dylai eich gweithiwr iechyd proffesiynol ofyn i chi a ellir casglu manylion am eich triniaeth.

Y cyflwr

Gelwir haen allanol gwydn disg yn anwlws. Weithiau gall yr anwlws rwygo, gan adael y canol meddal i chwyddo drwy'r rhwyg. Gelwir hyn yn dorgest, neu 'disg wedi llithro'. Os bydd yn pwysu 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, therapi corfforol 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 [triniaeth electrothermol drwy bigiad i anwlws y disg rhyngfertebról](#) 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 lleddfu poen yng ngwaelod y cefn a sciatica drwy roi ynni gwres ar anwlws y disg sydd wedi cael niwed. Mae hyn yn caledu'r anwlws ac yn lleihau'r teimlad o boen o'r nerfau ynddo.

Caiff y disg sydd wedi cael niwed ei ganfod drwy chwistrellu hylif lliw cyferbyniol i mewn iddo, er mwyn sicrhau mai hwn sy'n achosi'r symptomau (gelwir hyn yn ddisgograffi meingefnol). Caiff un neu ddwy nodwydd ei gosod i mewn i anwlws y disg drwy ddefnyddio arweiniad pelydr X. Caiff tiwb hyblyg tenau (electrod) ei basio drwy'r nodwydd, ac i mewn i ochr y disg. Unwaith y mae yn ei le caiff anwlws y disg ei gynhesu'n araf gyda'r electrod, am tua 2-15 munud fel arfer, cyn y caiff yr electrod ei dynnu allan.

Buddiannau a risgiau

Pan edrychodd NICE ar y dystiolaeth, penderfynwyd nad oes llawer o dystiolaeth dda ynglŷn â pha mor dda y mae'r driniaeth hon yn gweithio. Roedd yr 11 astudiaeth a ystyriwyd gan NICE yn cynnwys cyfanswm o 2878 o gleifion.

Yn gyffredinol, dangoswyd y manteision canlynol:

- Lledfu poen mewn rhai cleifion, sy'n para hyd at 12 mis ar ôl y driniaeth.
- Y gallu i gwblhau tasgau bob dydd ychydig yn well, mewn rhai cleifion.

Dangosodd yr astudiaethau bod risgiau triniaeth electrothermol drwy bigiad i anwlws y disg rhyngfertebról ar gyfer poen yng ngwaelod y cefn a sciatica yn cynnwys y canlynol:

- Blaen y nodwydd yn torri i ffwrdd yn ystod y driniaeth. Mewn rhai pobl, nid oedd posib tynnu blaen y nodwydd o'r disg na'r meinwe o'i amgylch. Nid oedd hyn yn achosi unrhyw symptomau parhaus. Ond roedd angen rhagor o lawdriniaeth ar 1 unigolyn i dynnu blaen y nodwydd oherwydd poen.
- Roedd problemau ar ôl y driniaeth yn cynnwys poen, teimlad tebyg i losgi neu ddiffwrwythder yn y coesau. Roedd y rhain yn gwella dros amser i'r rhan fwyaf o bobl, ond roedd angen rhagor o lawdriniaeth ar rai pobl. Cafodd dau glaf anhawster i reoli'r bledren neu'r coluddun ar ôl y driniaeth.
- Cafwyd problemau eraill gyda'r disg, neu oherwydd meinwe craith o'r driniaeth, a oedd yn golygu rhagor o lawdriniaeth.

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: 978-1-4731-1794-5