

Therapi adfer arenol

Mae'r arenau yn cael gwared ar sylweddau niweidiol o'r gwaed drwy greu wrin. Pan fydd yr arenau yn methu, mae angen therapi adfer arenol ar bobl i wneud hyn drostynt – mae hyn yn golygu naill ai trawsblaniad aren neu driniaeth o'r enw dialysis, sy'n cael gwared ar sylweddau niweidiol diangen o'r gwaed. Mae dros 60,000 o oedolion yn y DU yn cael therapi adfer arenol. Mae rhai pobl yn dewis peidio â chael therapi adfer arenol ac yn cael cynnig cymorth parhaus ar gyfer eu symptomau i roi ansawdd bywyd da iddynt am gyhyd â phosibl. Gelwir hyn yn driniaeth gefnogol, gofal lliniarol neu geidwadol, neu reolaeth geidwadol.

Hoffem sicrhau y bydd y canllaw hwn yn gwneud gwahaniaeth i blant, pobl ifanc ac oedolion y mae eu harenau'n methu drwy sicrhau bod:

- trafodaethau ynglŷn ag opsiynau posibl ar gyfer triniaeth, gan gynnwys triniaeth gefnogol, yn dechrau o leiaf blwyddyn cyn i'ch arenau fethu yn gyfan gwbl, gan roi amser i chi a'ch tîm gofal feddwl, paratoi a chynllunio ar ei gyfer
- eich tîm gofal yn egluro peryglon a manteision trawsblaniad aren a ph'un a all fod yn opsiwn addas i chi
- eich tîm gofal yn eich helpu i ddeall manteision ac anfanteision y gwahanol fathau o ddialysis a'r hyn y maent yn ei gynnwys fel y gallwch chi a'ch teulu benderfynu ar yr hyn sy'n addas i chi
- eich tîm gofal yn egluro'r hyn y mae triniaeth gefnogol yn ei gynnwys a'r hyn y gallwch ei ddisgwyl os byddwch yn dewis yr opsiwn hwn
- eich tîm gofal yn eich cefnogi i ystyried a chynllunio ar gyfer newid triniaeth, gan gynnwys newid i driniaeth gefnogol, os mai dyna fydd eich dewis.

Gwneud penderfyniadau gyda'ch gilydd

Caiff y penderfyniadau gorau ynglŷn â thriniaeth a gofal eu gwneud ar y cyd. Dylai eich gweithwyr gofal iechyd proffesiynol roi gwybodaeth glir i chi, trafod eich opsiynau â chi a gwrando'n ofalus ar eich barn a'ch pryderon.

Er mwyn eich helpu i wneud penderfyniadau, ystyriwch:

- Beth sydd bwysicaf i chi – beth rydych am ei gael o'ch triniaeth a'ch gofal?
- Sut y bydd y driniaeth yn effeithio ar eich bywyd o ddydd i ddydd?
- Beth sydd angen i chi ei wybod am y triniaethau a'u heffeithiau – pa opsiynau sydd ar gael i chi a sut rydych yn teimlo amdanynt?
- Beth fydd yn digwydd os nad ydych am gael therapi adfer arenol?

Os na allwch ddeall y wybodaeth a roddir i chi, dywedwch hynny wrth eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol.

Darllenwch ragor am [wneud penderfyniadau am eich gofal](#).

Ble y gallaf gael rhagor o wybodaeth?

Mae mwy o wybodaeth ar wefan y GIG am [glefyd cronig yr arenau](#), [dialysis](#) a [thrawsblaniad aren](#).

Gall y sefydliadau isod roi rhagor o gyngor a chefnogaeth i chi.

- [Kidney Care UK](#), 01420 541424
- [Ymchwil Arenau y DU](#), 0300 303 1100
- [Ffederasiwn Arenau Cenedlaethol](#), 0800 169 0936
- [Clefyd yr Arenau Amlgodennog](#), 0300 111 1234

Nid yw NICE yn gyfrifol am gynnwys y gwefannau hyn.

I rannu profiad o ofal rydych wedi'i gael, cysylltwch â'ch grŵp [Gwarchod Iechyd](#) lleol.

Lluniwyd y canllaw hwn ar y cyd â phobl y mae clefyd yr arenau wedi effeithio arnynt a staff sy'n eu trin a'u cefnogi. Mae'r holl benderfyniadau yn seiliedig ar yr ymchwil orau sydd ar gael.

ISBN: 978-1-4731-3108-8