NICE National Institute for Health and Care Excellence

Clefyd cildroadol

27 Tachwedd 2019

Clefyd cildroadol: y gofal y dylech ei ddisgwyl

Mae clefyd cildroadol yn effeithio ar y coluddyn mawr. Wrth i bobl heneiddio, gall chwyddau bach a elwir yn 'gildroadau' ddatblygu yn leinin eu coluddyn. Mae'r rhain yn gyffredin iawn ac fel arfer nid ydynt yn achosi unrhyw symptomau. Ond mewn nifer fach o bobl gallant achosi symptomau fel poen yn yr abdomen, ymchwydd a gwaedu o'r rectwm (pen ôl). Yn anaml iawn gallant arwain at gymhlethdodau fel heintiau, crawniadau neu flocio'r coluddyn.

Rydym am sicrhau y bydd y canllaw hwn yn gwneud gwahaniaeth i bobl â chlefyd cildroadol drwy sicrhau'r canlynol:

- bod pobl yn cael y diagnosis cywir ar unwaith ac nad yw eu symptomau yn cael eu camgymryd am gyflyrau eraill y coluddyn
- bod pobl yn cael cyngor gwell ar reoli eu symptomau drwy newid eu ffordd o fyw
- mai dim ond pan fydd eu gwir angen arnynt y cynigir gwrthfiotigau i bobl
- bod pobl yn cael eu hatgyfeirio'n gyflym os oes ganddynt gymhlethdodau y mae angen eu trin ar frys.

Gwneud penderfyniadau gyda'ch gilydd

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

Dylai eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol wneud yn siŵr eich bod yn cael y cyngor sydd ei angen arnoch i reoli eich cyflwr, er enghraifft drwy newid eich deiet, yfed digon o hylifau a pha feddyginiaeth lleddfu poen i'w defnyddio. Dylai hefyd esbonio'r symptomau sy'n golygu y gallai fod gennych haint neu gymhlethdod y mae angen ei drin.

Os bydd angen i chi wneud penderfyniadau am driniaeth, ystyriwch y canlynol:

© NICE 2019. All rights reserved. Subject to Notice of rights.

- Beth sy'n eich poeni fwyaf – a oes risgiau neu anfanteision yn gysylltiedig ag unrhyw driniaethau sy'n peri mwy o bryder i chi na rhai eraill?
- Sut y bydd y driniaeth yn effeithio ar eich bywyd o ddydd i ddydd?
- Beth fydd yn digwydd os nad ydych am gael triniaeth benodol?

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?

Ceir rhagor o wybodaeth am glefyd cildroadol ar wefan y GIG.

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

- Guts UK, 020 7486 0341
- Bladder & Bowel Community, 01926 357220

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 cildroadol 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: 978-1-4731-3604-5

© NICE 2019. All rights reserved. Subject to Notice of rights.