

Canser y bledren

25 Chwefror 2015

Ynglŷn â'r wybodaeth hon

Mae canllawiau NICE yn rhoi cyngor ar y gofal a'r cymorth a ddylai gael eu cynnig i bobl sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd a gofal.

Mae'r wybodaeth hon yn esbonio'r cyngor ar ganser y bledren a nodir yng nghanllaw NICE NG2.

A yw'r wybodaeth hon yn berthnasol i mi?

Ydy, os ydych yn oedolyn sy'n 18 oed neu'n hŷn yr amheuir bod gennych ganser y bledren neu sydd wedi cael diagnosis o ganser y bledren.

Nid yw'n ymdrin â phobl â math o ganser a elwir yn sarcoma, sef canser yn rhan uchaf [y llwybr wrinol](#) ond nid yn y bledren, na chanser sydd wedi ymledu i'r bledren o ran arall o'r corff.

Canser y bledren

Mae'r bledren yn storio wrin cyn iddo gael ei basio allan o'r corff. Fe'i lleolir o flaen y pelfis. Mae'n cynnwys tair haen - leinin mewnol, wal o gyhyrau a haenen denau rhwng y ddau a elwir yn 'feinwe gysylltiol'. Mae canser y bledren yn dwf o feinwe abnormal sy'n dechrau yn y leinin ac a all ymledu i'r wal o gyhyrau.

Mae canser y bledren ymhlith y 10 math mwyaf cyffredin o ganser yn y DU. Fe'i ceir yn fwyaf aml mewn dynion dros 60 oed, ond gall merched a dynion ifancach na 60 oed hefyd gael canser y bledren.

Eich tîm gofal

Gall amrywiaeth o weithwyr proffesiynol sy'n arbenigo mewn meysydd triniaeth neu gymorth gwahanol fod yn rhan o'ch gofal. Gallai'r rhain gynnwys [wrolegwyr](#), nyrsys arbenigol, [radiolegwyr](#), [patholegwyr](#) a'ch meddyg teulu. Weithiau, bydd y gweithwyr proffesiynol hyn yn cydweithio mewn math arbennig o dîm o'r enw [tîm amlddisgyblaethol](#), neu defnyddir y talfyriad Saesneg MDT.

Gweithio gyda chi a gwneud penderfyniadau

Dylai eich tîm gofal siarad â chi am ganser y bledren. Dylai egluro unrhyw brofion, triniaethau neu gymorth y dylid eu cynnig i chi er mwyn i chi benderfynu ar y cyd beth sydd orau i chi. Gall eich teulu, partner neu ofalwr eich helpu i wneud penderfyniadau, ond dim ond os ydych yn cytuno ar hynny. Gallwch ddefnyddio'r cwestiynau ar ddiwedd pob adran o'r wybodaeth hon i'ch helpu i siarad gyda'ch tîm gofal.

Efallai y byddwch hefyd am ddarllen gwybodaeth NICE i'r cyhoedd am [brofiadau cleifion o wasanaethau'r GIG i oedolion](#). Mae'n nodi'r hyn y dylai oedolion allu ei ddisgwyl wrth ddefnyddio'r GIG. Mae gennym hefyd ragor o wybodaeth ar wefan NICE am [ddefnyddio gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol](#).

Cwestiynau i'w gofyn i'ch tîm gofal iechyd

Ynglŷn â chanser y bledren

- A allwch ddweud mwy wrthyf am ganser y bledren?
- A allwch awgrymu unrhyw wefannau neu ddeunyddiau darllen?
- A oes unrhyw sefydliadau cymorth canser yn fy ardal leol?
- A allwch roi unrhyw wybodaeth i'm teulu, partner neu ofalwyr?

Ynglŷn â gwneud penderfyniadau

- A fyddaf yn rhan o'r broses o wneud penderfyniadau?
- A oes rhywun yn fy nhîm gofal a fydd yn fy helpu i wneud penderfyniadau a dewisiadau?
- All fy nheulu, partner, gofalwr neu ffrind agos fy helpu i wneud penderfyniadau?

Efallai na fydd rhai triniaethau neu ofal a nodir yma yn addas i chi. Os credwch nad yw eich triniaeth yn cyd-fynd â'r cyngor hwn, siaradwch â'ch tîm gofal.

Mathau o ganser y bledren

Nid yw'r rhan fwyaf o achosion o ganser y bledren yn tyfu'n ddyfnach na leinin neu feinwe gysylltiol y bledren. Fe'u gelwir yn ganserau'r bledren 'nad ydynt yn ymwithio i'r cyhyrau'. Ond weithiau, bydd canser y bledren yn tyfu i mewn i wal cyhyrau'r bledren. Gelwir hyn yn ganser y bledren 'sy'n ymwithio i'r cyhyrau', a gall ymledu i rannau eraill o'r corff. Gelwir canser y bledren sydd wedi ymledu i rannau eraill o'r corff yn y ffordd hon yn ganser y bledren 'sy'n ddatblygedig yn lleol' neu ganser y bledren 'metastatig'.

Mae meddygon hefyd yn defnyddio'r termau 'cam' a 'gradd' i ddisgrifio canser. Mae'r cam yn disgrifio pa mor ddwfn y mae canser wedi tyfu. Mae'r gradd yn rhoi syniad o gyflymder twf y celloedd canser.

Mae'r cymorth a'r driniaeth y dylid eu cynnig i chi yn dibynnu ar ba fath o ganser y bledren sydd gennych. Fe'u disgrifir yn [trin canser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau](#), [trin canser y bledren sy'n ymwthio i'r cyhyrau](#) a [trin canser y bledren sy'n ddatblygedig yn lleol neu ganser y bledren metastatig](#).

Cwestiynau i'w gofyn i'ch tîm gofal iechyd

- Beth yw'r mathau o ganser y bledren a pham eu bod yn bwysig?
- Beth yw ystyr cam a pham ei fod yn bwysig?
- Beth yw ystyr gradd a pham ei fod yn bwysig?

Gwneud diagnosis o ganser y bledren

Edrych y tu mewn i'ch pledren

Os ydych wedi cael eich cyfeirio i [wrolegydd](#) a'i fod o'r farn y gallai fod canser y bledren gennych, dylai gynnig triniaeth i chi o'r enw systosgopi er mwyn edrych y tu mewn i'ch pledren. Caiff offeryn tenau o'r enw systosgop ei mewnosod i'ch pledren drwy eich [wrethra](#). Mae gan y systosgop gamera ysgafn a bach sy'n golygu y gellir gweld y tu mewn i'ch pledren.

Os bydd unrhyw beth yn edrych yn abnormal y tu mewn i'ch pledren, dylid cynnig llawdriniaeth i chi er mwyn cynnal triniaeth o'r enw biopsi, lle y caiff samplau o feinwe o'ch pledren eu tynnu er mwyn cynnal profion arnynt (gweler [tynnu samplau o feinwe er mwyn cynnal profion arnynt](#)). Os amheuir y gallai fod gennych ganser y bledren sydd wedi ymledu i wal cyhyrau eich pledren, mae'n bosibl y cewch gynnig [sgan CT](#) hefyd neu [sgan MRI](#) er mwyn rhoi darlun manylach.

Tynnu samplau o feinwe er mwyn cynnal profion arnynt

Dylid cynnig llawdriniaeth i chi o'r enw echdorri'r tiwmor yn y bledren drwy'r wrethra (neu TURBT gan ddefnyddio'r talfyriad Saesneg) i dynnu samplau o feinwe o'ch pledren. Yn ystod y llawdriniaeth, caiff y rhannau o'r feinwe sy'n edrych yn abnormal eu tynnu er mwyn gallu cynnal profion am ganser arnynt.

Dylid cymryd samplau o'r feinwe o wal o gyhyrau eich pledren hefyd. Gwneir hyn er mwyn cadarnhau p'un a yw'r cancer wedi ymledu i'r cyhyrau.

Dylid cynnig dogn o [gemotherapi](#) i chi gan ddefnyddio cyffur a elwir yn mitomycin C, a roddir i chi ar ddiwedd eich llawdriniaeth TURBT. Os bydd y meinwe abnormal yn eich pledren yn ganseraidd, gall y mitomycin C helpu i atal cancer y bledren rhag dychwelyd yn ddiweddarach.

Weithiau, ni fydd y samplau o feinwe a gaiff eu tynnu yn cynnwys meinwe o wal y cyhyrau. Os bydd hyn yn digwydd, mae'n bosibl y cewch gynnig llawdriniaeth TURBT arall i dynnu'r samplau hyn, y dylid ei chynnal o fewn chwe wythnos i'ch llawdriniaeth gyntaf.

Ar ôl eich llawdriniaeth, os cadarnheir bod gennych ganser y bledren, dylid rhoi gwybod i chi p'un a yw'r cancer wedi ymledu i wal cyhyrau eich pledren ai peidio. Dylid cynnig gwybodaeth, cymorth a thriniaeth i chi fel y disgrifir yn yr adrannau nesaf.

Cwestiynau i'w gofyn i'ch tîm gofal iechyd

Edrych y tu mewn i'ch pledren (systosgopi)

- Sut y cynhelir systosgopi?
- Beth yw'r gwahaniaeth rhwng systosgopi hyblyg ac anhyblyg?
- Am ba hyd y mae'n para?
- A fydd yn boenus? A fyddaf yn cael anesthetig?

Tynnu samplau o feinwe er mwyn cynnal profion arnynt

- Beth sy'n digwydd yn ystod llawdriniaeth i echdorri'r tiwmor yn y bledren drwy'r wrethra (TURBT)?
- Pam ei bod yn bwysig edrych ar y wal cyhyrau?
- Pryd a ble y gallaf gael y llawdriniaeth?
- A oes angen i mi wneud unrhyw beth i baratoi ar ei chyfer?
- Am ba mor hir y bydd angen i mi aros yn yr ysbyty?
- Pa mor hir y bydd yn ei gymryd i mi wella?
- A fydd y llawdriniaeth hon yn rhoi gwybod i chi p'un a oes gennyf ganser y bledren?
- Pryd y byddaf yn cael y canlyniadau? Sut y byddwch yn rhoi gwybod i mi?
- Beth all ddigwydd os byddaf yn penderfynu peidio â chael y driniaeth?
- A fydd angen llawdriniaeth arall neu ragor o driniaeth arnaf ar ôl hyn?
- Os cadarnheir bod gennyf ganser y bledren, a fydd y mitomycin C a gefais yn ystod y llawdriniaeth yn atal canser y bledren rhag dychwelyd eto?

Sganiau

- Ble caiff fy sganiau eu cynnal? A oes angen i mi wneud unrhyw beth i baratoi ar eu cyfer?
- Pa mor hir y bydd yn rhaid i mi aros am y canlyniadau? Pa wybodaeth y byddant yn ei rhoi i chi?

Gwybodaeth a chymorth ar ôl eich diagnosis

Eich tîm gofal

Dylid rhoi enw a manylion cyswllt nyrs glinigol arbenigol i chi a all eich helpu a'ch cefnogi drwy gydol eich triniaeth a'ch gofal. Dylai fod gan y nyrs glinigol arbenigol brofiad a hyfforddiant mewn gofalu am bobl â chanser y bledren. Bydd yn cysylltu â'r gweithwyr proffesiynol eraill sy'n ymwneud â'ch gofal. Dylech allu cysylltu â'ch nyrs glinigol arbenigol i ofyn unrhyw gwestiynau sydd gennych am eich triniaeth a'ch gofal, ac i gael help gyda phryderon neu broblemau.

Drwy gydol eich triniaeth a'ch gofal, dylid cynnig cyfleoedd i chi siarad ag aelodau o'ch tîm gofal am y mathau o wybodaeth a chymorth sy'n addas ar eich cyfer chi, ac, os byddwch am wneud hynny, eich partner, teulu neu ofalwr. Dylai eich tîm gofal gynnig siarad â chi pan gewch ddiagnosis o ganser y bledren gyntaf, ar ôl i chi gael eich triniaeth gyntaf, os bydd newid yn eich canser y bledren neu os bydd yn dychwelyd ar ôl triniaeth, os byddwch yn newid eich triniaeth neu os oes gennych ganser na ellir ei wella.

Yn ystod y sgrysiâu hyn, dylai eich tîm gofal drafod y canlynol gyda chi:

- y math o ganser sydd gennych a'i gam a'i radd (i gael rhagor o wybodaeth gweler [mathau o ganser y bledren](#))
- y triniaethau y gallech eu cael
- unrhyw sgil-ffeithiau y gallech eu cael o'ch triniaethau
- os ydych yn ysmegu, rhoi'r gorau i ysmegu a'r cymorth y gallwch ei gael i'ch helpu i roi'r gorau iddi (gweler [canllawiau eraill NICE](#) i gael manylion am ein canllawiau ar roi'r gorau i ysmegu)
- sut y gallai'r canser neu'r triniaethau posibl effeithio ar eich iechyd rhywiol a'ch teimladau am eich corff, a ble i ddod o hyd i wybodaeth am hyn a fydd wedi'i chynllunio'n benodol i naill ai dynion neu ferched
- eich diet a'ch ffordd o fyw, gan gynnwys ymarfer corff
- ble i ddod o hyd i ragor o wybodaeth am ganser y bledren a grwpiau cymorth canser y bledren

- dychwelyd i'r gwaith ar ôl eich triniaeth
- cael gafael ar gymorth ariannol megis presgripsiynau am ddim neu iawndal os na fyddwch yn gallu gweithio.

Pobl eraill a all gynnig cymorth

Dylid cynnig cyfleoedd i chi a'ch partner, teulu neu ofalwr, os byddwch am eu cynnwys, siarad gyda mathau eraill o weithwyr gofal iechyd proffesiynol drwy gydol eich triniaeth a'ch gofal. Er enghraifft, os byddwch am wneud hynny, dylech allu siarad gyda gweithwyr proffesiynol a all rhoi cymorth emosiynol a gwasanaeth cwnsela i chi er mwyn helpu gyda theimladau o bryder, straen neu iselder. Dylech hefyd gael cynnig cyfleoedd i siarad gyda phobl eraill sydd wedi cael yr un triniaethau ag y gallech chi fod yn eu cael.

Cwestiynau i'w gofyn i'ch tîm gofal iechyd

- Gyda phwy y byddaf yn gallu siarad am fy mhroffion a'm triniaeth?
- A oes unrhyw gymorth y gallaf ei gael os byddaf yn penderfynu newid fy ffordd o fyw, er enghraifft, gwneud mwy o ymarfer corff, newid fy neiet neu roi'r gorau i ysmegu?
- Pa fathau eraill o gymorth fydd ar gael?
- A fydd fy meddyg teulu yn rhan o'r broses? Os felly, beth y bydd yn ei wneud?

Ar gyfer aelodau o'r teulu, partneriaid neu ofalwyr

- Beth y gallaf/gallwn ei wneud i helpu a chefnogi'r unigolyn sydd â chanser y bledren?
- A oes unrhyw gymorth ychwanegol y gallaf i fel gofalwr/gallwn ni fel gofalwyr elwa ohono neu fod â hawl iddo?
- A allwn siarad â nyrs glinigol arbenigol?

Trin canser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau

Gellir rhannu canser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau (canser nad yw wedi tyfu i mewn i wal cyhyrau'r bledren) yn dri chategori. Mae'r categorïau hyn yn disgrifio pa mor debygol ydyw y bydd y canser yn ymledu i'r wal cyhyrau neu ymhellach, neu y bydd yn dychwelyd ar ôl cael triniaeth. Cyfeirir at y tri chategori fel a ganlyn:

- canser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau risg isel
- canser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau risg ganolradd
- canser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau risg uchel.

Mae'r mathau o brofion a thriniaethau y dylid eu cynnig i chi ar gyfer canser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau yn dibynnu ym mha un o'r tri chategori hyn y mae'r canser.

Os oes gennych ganser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau, dylech gael gwybod p'un a yw'n risg isel, risg ganolradd neu risg uchel.

Trin canser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau risg isel

Os canfyddir canser y bledren risg isel yn y samplau o feinwe a dynnwyd yn ystod eich llawdriniaeth TURBT, mae'n bosibl na fydd angen i chi gael rhagor o driniaeth gan y bydd y canser wedi'i dynnu. I gael gwybodaeth am y llawdriniaeth TURBT, gweler [tynnu samplau o feinwe er mwyn cynnal profion arnynt](#).

Dylech gael cynnig systosgopi i edrych ar eich bledren dri mis yn ddiweddarach, ac un arall naw mis ar ôl hynny. Os nad oes unrhyw arwydd o ganser yn ystod y ddau archwiliad hyn, dylid eich rhyddhau yn ôl i ofal eich meddyg teulu. I gael rhagor o wybodaeth am systosgopi gweler [edrych y tu mewn i'r bledren](#).

Os bydd eich canser yn dychwelyd, efallai y cewch gynnig triniaeth o'r enw trydanu, sy'n defnyddio cerrynt trydan i ddinistrio'r canser. Gallwch gael

cynnig trydanu os ydych wedi bod yn rhydd o ganser am o leiaf chwe mis a bod eich canser newydd yn fach.

Trin canser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau risg ganolradd

Dylech gael cynnig cwrs o chwe dogn o [gemotherapi](#) o leiaf â chyffur o'r enw mitomycin C. Mae'r cyffur ar ffurf hylif a gaiff ei roi i mewn i'ch pledren drwy diwb tenau o'r enw cathetr.

Dylech gael cynnig systoscopi i archwilio eich pledren dri mis, naw mis a 18 mis ar ôl i chi orffen eich cemotherapi, yna unwaith y flwyddyn wedi hynny. I gael rhagor o wybodaeth am systosgopi gweler [edrych y tu mewn i'r bledren](#).

Os nad yw'r cemotherapi wedi helpu a bod eich canser wedi dychwelyd, dylai eich gofal gael ei atgyfeirio i [dîm amlddisgyblaethol wroleg arbenigol](#).

Os na fydd y canser wedi dychwelyd ar ôl pum mlynedd o archwiliadau, efallai y cewch eich rhyddhau yn ôl i'ch meddyg teulu.

Trin canser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau risg uchel

Os oes gennych ganser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau risg uchel, dylech gael cynnig llawdriniaeth TURBT arall cyn gynted â phosibl, o fewn chwe wythnos i'ch TURBT diwethaf fan bellaf (i gael rhagor o wybodaeth am llawdriniaeth TURBT gweler [cymryd samplau o feinwe ar gyfer profion](#)). Gallech hefyd gael cynnig mwy [o sganiau CT](#) neu [sganiau MRI](#). Diben llawdriniaeth TURBT a'r sganiau yw cadarnhau pa mor bell y mae'ch canser wedi tyfu cyn i chi a'ch tîm gofal drafod triniaethau posibl.

I drin eich canser, dylech gael cynnig naill ai:

- cwrs o driniaeth â brechlyn o'r enw BCG neu
- llawdriniaeth i dynnu eich pledren (sef systectomi).

Dylai [wrolegydd](#) sy'n cyflawni'r ddau fath o driniaeth a nyrs arbenigol drafod y ddau opsiwn o ran triniaeth gyda chi. Dylent siarad â chi am y cam y mae eich canser wedi'i gyrraedd a pha mor debygol yw o ledu. Dylent ddweud wrthy ch pa mor dda y mae'r triniaethau hyn wedi gweithio i bobl eraill a beth yw risgiau pob un. Dylent hefyd egluro effaith bosibl pob triniaeth ar eich iechyd cyffredinol a'ch ansawdd bywyd, gan gynnwys eich bywyd rhywiol, a sut y gallech deimlo am eich corff wedi'r driniaeth.

Cael triniaeth gyda BCG

Mae BCG (neu Bacille Calmette-Guérin) yn frechlyn ar gyfer tiwbercwlosis ac fe'i defnyddir hefyd i helpu i atal rhai mathau o ganser y bledren rhag ymledu neu ddychwelyd eto. Mae BCG ar ffurf hylif a gaiff ei roi i mewn i'ch pledren drwy diwb tenau a elwir yn cathetr. Os na fydd y driniaeth BCG yn gweithio a bod eich canser dal yno neu'n dychwelyd ar ôl y driniaeth, neu os bydd sgil-ffeithiau'r BCG yn rhy gryf i chi barhau ag ef, dylai eich gofal gael ei atgyfeirio i dîm amlddisgyblaethol wroleg arbenigol.

Ar ôl eich triniaeth dylech gael cynnig systoscopi i archwilio'ch pledren:

- bob tri mis am y ddwy flynedd gyntaf, yna
- bob chwe mis am y ddwy flynedd nesaf, yna
- unwaith y flwyddyn ar ôl hynny.

I gael rhagor o wybodaeth am systosgopi gweler [edrych y tu mewn i'r bledren](#).

Cael llawdriniaeth i dynnu eich pledren (systectomi)

Os byddwch yn penderfynu cael llawdriniaeth i dynnu eich pledren, bydd angen ffordd newydd arnoch o storio wrin a'i drosglwyddo allan o'ch corff. Ceir gwahanol weithdrefnau ar gyfer hyn a dylech gael cynnig dewis o weithdrefnau sy'n addas i chi. Mae un fath o driniaeth yn gofyn am wneud toriad bach a elwir yn 'stoma' yn eich abdomen a bydd yr wrin yn draenio allan o'r stoma i mewn i fag gwrth-ddŵr a gaiff ei wisgo y tu allan i'ch abdomen. Ceir mathau eraill o weithdrefnau lle nad oes angen gwisgo bag y tu allan i'r corff, er nad ydynt yn addas i bawb.

Dylai llawfeddyg sy'n arbenigo mewn trin canser y bledren, nyrs glinigol arbenigol a nyrs sy'n gofalu am bobl sydd wedi cael y gweithdrefnau hyn (a elwir yn nyrs gofal stoma yn aml) egluro'r opsiynau a'u trafod â chi.

Cemotherapi ar ôl tynnu eich pledren

Gellir cynnig [cemotherapi](#) i chi ynghyd â chyfuniad o gyffuriau os bydd y llawdriniaeth i dynnu eich pledren yn dangos bod eich canser wedi ymledu i'r cyhyrau a'i fod bellach yn ganser y bledren sy'n ymwthio i'r cyhyrau. Gelwir hyn yn gemotherapi 'cynorthwyol'. Dylech gael y cyfle i drafod manteision ac anfanteision posibl y cemotherapi hwn gydag [oncolegydd](#) sy'n trin pobl â chanser y bledren.

I gael rhagor o wybodaeth gweler [canser y bledren sy'n ymwthio i'r cyhyrau](#).

Ar ôl i chi gael llawdriniaeth i dynnu eich pledren, dylech gael cynnig archwiliadau a all gynnwys:

- Sganiau CT chwe mis ar ôl cael llawdriniaeth i dynnu eich pledren ac unwaith y flwyddyn wedi hynny, er mwyn gweld a yw'r canser wedi dychwelyd neu a oes unrhyw broblemau gyda'ch arennau
- profion gwaed o leiaf unwaith y flwyddyn er mwyn gweld a yw'ch corff yn amsugno digon o fitamin B a pha mor dda y mae'ch arennau yn gweithio
- os ydych yn ddyn, profion i archwilio eich [wrethra](#) unwaith y flwyddyn am bum mlynedd.

Ar ôl unrhyw fath o driniaeth am ganser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau

Cysylltwch â'ch meddyg teulu ar unwaith os bydd gwaed yn eich wrin, neu os byddwch yn ei chael hi'n anodd pasio dŵr, ar ôl unrhyw fath o driniaeth am ganser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau. Dylai eich hatgyfeirio i arbenigwr ar unwaith.

Cwestiynau i'w gofyn i'ch tîm gofal iechyd

Ynglŷn â chanser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau

- Allwch chi ddweud mwy wrtha i am y gwahaniaeth rhwng canser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau risg isel, risg ganolradd a risg uchel?
- Sut y byddaf yn gwybod a yw'r canser wedi dychwelyd ar ôl cael triniaeth? Beth y dylwn i edrych allan amdano?
- A oes unrhyw beth y gallaf ei wneud i leihau'r siawns y bydd y canser yn dychwelyd?
- Beth fydd yn digwydd os bydd y canser yn dychwelyd?
- Pwy y dylwn i ei ffonio os byddaf yn ei chael hi'n anodd pasio dŵr neu fod gwaed yn fy wrin?

Ynglŷn â chanser y bledren nad yw'n ymwthio i'r cyhyrau risg uchel

- A fydd gennyf dîm amlddisgyblaethol wroleg arbenigol? Pwy sydd ar y tîm a beth maent yn ei wneud?
- Allwch chi sôn am fanteision ac anfanteision triniaeth BCG o gymharu â thynnu'r bledren (systectomi)?
- A oes unrhyw wybodaeth arall ar gael am driniaeth BCG a systectomi (fel taflen, DVD neu wefan y gallaf edrych arni)?
- A allaf siarad â rhywun sydd wedi cael triniaeth BCG a rhywun sydd wedi cael systectomi?
- A oes unrhyw opsiynau triniaeth eraill ar gael?
- Os byddaf yn cael triniaeth BCG nawr, a fyddaf yn gallu cael systectomi yn ddiweddarach?
- Pa opsiynau fyddai gennyf o ran storio a draenio wrin os caf lawdriniaeth i dynnu fy mhledren? A allaf siarad â phobl sydd wedi cael yr opsiynau hyn?
- Pa gymorth y gallaf ei gael ar ôl fy nhriniaeth?
- A fydd angen i mi gael archwiliad blynyddol o hyn ymlaen?
- Beth fydd yn digwydd os yw'r canser yn ymledu?

Trin canser y bledren sy'n ymwthio i'r cyhyrau

Gallwch gael cynnig [sgan CT](#) neu [sgan MRI](#) er mwyn helpu i weld a yw'r canser wedi tyfu y tu hwnt i'r cyhyrau ac, os felly, i ba raddau.

Os ydynt yn addas i chi, dylech gael cynnig triniaeth â dewis o naill ai:

- llawdriniaeth i dynnu'ch pledren, sef systectomi (i gael rhagor o wybodaeth gweler [cael llawdriniaeth i ddileu eich pledren](#)) neu
- [radiotherapi](#) ynghyd â chyffuriau o'r enw radiosensivityddion, sy'n helpu'r radiotherapi i weithio'n well.

Dylai [wrolegydd](#) sy'n cyflawni llawdriniaethau i dynnu'r bledren, [oncolegydd](#) a'ch nyrs glinigol arbenigol drafod y ddau opsiwn gyda chi. Dylent sôn am yr hyn sy'n debygol o ddigwydd os cewch y naill driniaeth neu'r llall, neu os byddwch yn penderfynu peidio â chael y driniaeth. Dylent egluro effaith bosibl pob triniaeth ar eich iechyd cyffredinol a'ch ansawdd bywyd, gan gynnwys eich bywyd rhywiol. Dylent sôn am risgiau pob triniaeth, a pha mor dda y mae'r triniaethau wedi gweithio i bobl eraill.

Cemotherapi cyn tynnu eich pledren neu ddechrau radiotherapi

Os yw'n addas i chi, dylech gael cynnig [cemotherapi](#) gyda chyfuniad o gyffuriau cyn i chi gael llawdriniaeth i dynnu eich pledren neu ddechrau radiotherapi. Gelwir hyn yn gemotherapi 'neogynorthwyol'. Dylech gael y cyfle i drafod manteision ac anfanteision posibl y cemotherapi hwn gydag oncolegydd sy'n trin pobl â chanser y bledren.

Ar ôl cael llawdriniaeth i dynnu eich pledren (systectomi)

I gael rhagor o wybodaeth gweler [cael llawdriniaeth i dynnu eich pledren](#).

Ar ôl cael radiotherapi

Ar ôl i'ch radiotherapi orffen, dylech gael cynnig systoscopi i archwilio'ch plledren:

- bob tri mis am y ddwy flynedd gyntaf, yna
- bob chwe mis am y ddwy flynedd nesaf yna
- bob blwyddyn wedi hynny.

I gael rhagor o wybodaeth am systosgopi gweler [edrych y tu mewn i'r bledren](#).

Gallech hefyd gael cynnig [sganiau CT](#) o'ch abdomen, asgwrn pelfig a brest chwe mis, blwyddyn a dwy flynedd ar ôl i'ch radiotherapi orffen, a sganiau o'ch uwch [llwybr wrinol](#) bob blwyddyn am bum mlynedd.

Cwestiynau i'w gofyn i'ch tîm gofal iechyd

- Sut mae radiotherapi yn cymharu â systectomi? Beth yw manteision ac anfanteision y ddau?
- A fyddwch yn cynnig cemotherapi cyn i mi ddechrau fy radiotherapi neu gael fy systectomi? Sut y penderfynir ar hyn?
- A oes unrhyw opsiynau triniaeth eraill ar gael?
- A allaf siarad â rhywun sydd wedi cael y triniaethau hyn?
- A oes unrhyw wybodaeth arall (fel taflen, DVD neu wefan y gallaf edrych arni) y gallaf ei chael am y triniaethau hyn?
- Sut y byddaf yn gwybod a yw'r cancer wedi dychwelyd ar ôl cael triniaeth? Beth y dylwn edrych allan amdano?
- A oes unrhyw beth y gallaf ei wneud i leihau'r siawns y bydd y cancer yn dychwelyd?
- Beth fydd yn digwydd os bydd y cancer yn dychwelyd?

Trin canser y bledren metastatig neu sydd wedi datblygu'n lleol

Os oes gennych ganser y bledren sydd wedi ymledu i rannau eraill o'ch corff, dylai eich [oncolegydd](#) siarad â chi am yr hyn sy'n debygol o ddigwydd yn y dyfodol. Dylai drafod manteision ac anfanteision cael triniaeth, gan gynnwys yr hyn a allai ddigwydd os byddwch yn penderfynu peidio â chael triniaeth ar gyfer eich canser. Dylai hefyd gynnig triniaeth i chi i leddfu symptomau a achosir gan eich canser (i gael rhagor o wybodaeth gweler [lleddfu symptomau canser](#)).

Cemotherapi

Dylech gael cynnig cwrs o [gemotherapi](#) â chyfuniad o gyffuriau.

Dylai eich oncolegydd gynnal archwiliadau iechyd rheolaidd tra'ch bod yn cael cemotherapi. Dylai gynnig triniaethau i chi er mwyn helpu i leddfu sgil-ffeithiau cemotherapi. Dylai ddod â'r cemotherapi i ben os bydd y sgil-ffeithiau yn rhy gryf neu nad yw'r cemotherapi yn helpu.

Os na fydd eich cwrs cyntaf o gemotherapi yn helpu, dylai eich oncolegydd drafod cwrs arall o gemotherapi gyda chi. Dylai drafod manteision ac anfanteision cael ail gwrs o gemotherapi gyda chi, gan gynnwys yr hyn a allai ddigwydd os byddwch yn penderfynu peidio â'i gael.

Lleddfu symptomau canser

Problemau pasio dŵr

Os bydd yn boenus pasio dŵr, bod gwaed yn eich wrin, neu fod angen i chi basio dŵr yn aml iawn neu dros nos, dylech gael cynnig [radiotherapi](#), a all helpu i leddfu eich symptomau.

Poen yng ngwaelod eich cefn neu'ch arennau

Gall poen yng ngwaelod eich cefn neu'ch arennau ddigwydd am fod eich wreter (y tiwb sy'n cario wrin o'r arennau i'r bledren) wedi'i flocio. Efallai y cewch gynnig gweithdrefn i ddraenio'r arennau er mwyn helpu i leddfu'r boen.

Gallai fod yn diwb draenio allanol i mewn i'r aren (a elwir yn neffrostomi) neu sblint (sef stent) a osodir rhwng yr aren a'r bledren.

Dylai eich [wrolegydd](#) drafod yr opsiynau triniaeth gyda chi. Dylai siarad â chi am yr hyn sy'n debygol o ddigwydd yn y dyfodol a manteision ac anfanteision triniaeth, gan gynnwys peidio â chael triniaeth.

Gwaedu difrifol a phoenus o'ch bledren

Gallwch gael cynnig radiotherapi neu driniaeth o'r enw emboleiddiad, lle mae'r pibellau gwaed sy'n cyflenwi'r bledren wedi'u blocio, er mwyn atal y gwaedu.

Poen yn eich ardal belfig

Efallai y cewch gynnig radiotherapi, cemotherapi neu driniaeth â chyffur i atal y boen.

Cwestiynau i'w gofyn i'ch tîm gofal iechyd

- Beth a olygir wrth ganser sy'n ddatblygedig yn lleol? Beth y mae'n ei olygu i mi?
- Beth a olygir wrth ganser metastatig? Beth y mae'n ei olygu i mi?
- Beth yw manteision ac anfanteision cael cemotherapi?
- Pa mor debygol ydyw o weithio? Beth sy'n digwydd os na fydd yn gweithio?
- Beth allai ddigwydd os byddaf yn penderfynu peidio â chael unrhyw driniaeth?
- Beth y byddwch yn gallu ei wneud i'm helpu os bydd y canser yn achosi symptomau poenus?
- A oes cymorth ar gael i bobl â'r math hwn o ganser y bledren?

Os na ellir gwella eich canser y bledren

Os na ellir gwella eich canser y bledren, dylech gael gwybod am wasanaeth o'r enw gofal lliniarol. Mae'r gwasanaeth hwn yn cynnig cymorth a help ymarferol, gan gynnwys opsiynau lleddfu poen. Os byddwch yn cytuno, dylid eich atgyfeirio i dîm gofal lliniarol.

Dylai aelod o'r [tîm amlddisgyblaeth wroleg](#) drafod sut mae eich canser yn debygol o ddatblygu yn y dyfodol gyda chi. Dylai hefyd drafod y triniaethau y gallech eu cael i helpu i leddfu eich symptomau a'ch poen gyda chi. I gael manylion ein canllawiau ar ofal cefnogol a lliniarol i oedolion â chanser, gweler [canllawiau eraill NICE](#).

Cwestiynau i'w gofyn i'ch tîm gofal iechyd

- Beth yw gofal lliniarol? Pwy sy'n ei ddarparu?
- A allaf gael gofal lliniarol gartref?
- A oes cymorth ar gael i'm teulu, partner neu ofalwyr?
- Beth y byddwch yn gallu ei wneud i'm helpu os bydd gennyf symptomau poenus?

Egluro termau meddygol

Cemotherapi

Triniaeth sy'n defnyddio cyffuriau gwrthganser i ddinistrio celloedd canser.

Sgan CT (tomograffeg gyfrifiadurol)

Sgan sy'n creu llun o ran o'r corff drwy gymryd cyfres o belydrau-X.

Sgan MRI (delweddu atseiniol magnetig)

Sgan sy'n creu llun o ran o'r corff gan ddefnyddio meysydd magnetig a thonnau radio.

Tîm amlddisgyblaeth

Tîm arbenigol o weithwyr gofal iechyd proffesiynol sy'n meddu ar wahanol fathau o sgiliau a phrofiad.

Oncolegydd

Meddyg sy'n trin canser â chyffuriau neu radiotherapi.

Patholegydd

Meddyg sy'n archwilio samplau o feinweoedd.

Radiolegydd

Meddyg sy'n cynnal sganiau o'r corff ac yn eu harchwilio.

Radiotherapi

Triniaeth sy'n defnyddio pelydrau ynni uchel i ddinistrio celloedd canser.

Tîm amlddisgyblaeth wroleg arbenigol

Tîm arbenigol o weithwyr gofal iechyd proffesiynol sy'n meddu ar wahanol fathau o sgiliau a phrofiad sy'n rheoli mathau mwy cymhleth o ganser y bledren.

Wrethra

Y tiwb sy'n cario wrin allan o'r corff.

Llwybr wrinol

Yr arennau, wreterau (y tiwbiau sy'n mynd o'r arennau i'r bledren), y bledren a'r wrethra.

Wrolegydd

Meddyg sy'n gwneud diagnosis o broblemau yn y llwybr wrinol ac yn eu trin.

Tîm amlddisgyblaeth wroleg

Tîm arbenigol o weithwyr gofal iechyd proffesiynol sy'n meddu ar wahanol fathau o sgiliau a phrofiad sy'n rheoli problemau yn y llwybr wrinol.

Ffynonellau cyngor a chymorth

- Action on Bladder Cancer www.actiononbladdercancer.org
- Sefydliad y Bledren a'r Coluddyn, 0845 345 0165
www.bladderandbowelfoundation.org
- Fight Bladder Cancer www.fightbladdercancer.co.uk
- Y Gymdeithas Wrostomi, 01889 563191 www.urostomyassociation.org.uk

Gallwch hefyd fynd i [NHS Choices](#) am ragor o wybodaeth.

Nid yw NICE yn gyfrifol am ansawdd na chywirdeb unrhyw wybodaeth neu gyngor a roddir gan y sefydliadau hyn.

Canllawiau eraill NICE

- [Profiadau cleifion o wasanaethau'r GIG i oedolion](#) (2012) Canllaw NICE CG138
- [Gwasanaethau rhoi'r gorau i ysmegu](#) (2008) Canllaw NICE PH10
- [Brief interventions and referral for smoking cessation](#) (2006) Canllaw NICE PH1
- [Improving supportive and palliative care for adults with cancer](#) (2004) Canllaw NICE CSGSP

ISBN 978-1-4731-1192-9