Trallwysiad gwaed

Tachwedd 2015

Ynglŷn â'r wybodaeth hon

Mae NICE yn rhoi cyngor i feddygon, nyrsys ac aelodau eraill o staff sy'n gweithio ym maes iechyd a gofal cymdeithasol ynglŷn â sut i ofalu am bobl â gwahanol gyflyrau.

Mae'r wybodaeth hon yn cyfeirio at y gofal sy'n gweithio orau i oedolion, plant a phobl ifanc sydd angen trallwysiad gwaed. Mae'n dweud wrthych beth y dylech ei ddisgwyl ac yn eich helpu i ofyn cwestiynau am drallwysiadau. Nid yw'n dweud wrthych sut beth yw cael trallwysiad gwaed na pham y gall fod ei angen arnoch. Mae rhestr o leoedd eraill y gallwch ddod o hyd i wybodaeth am hyn yn ffynonellau o gyngor a chymorth.

Ceir mwy o wybodaeth hefyd mewn fersiwn o'r cyngor hwn i feddygon a nyrsys ynglŷn â phryd a sut i roi trallwysiad gwaed i bobl.

Dylai eich tîm gofal iechyd wybod beth mae NICE wedi'i ddweud.

Pwy ddylai ei darllen

Mae cyngor NICE ar drallwysiadau gwaed ar gyfer unrhyw un sydd yn hŷn nag 1 y gall fod angen trallwysiad arnynt oherwydd:

- bod ganddynt gyflwr sy'n atal eu gwaed rhag gweithio'n iawn, megis anemia (prinder o gelloedd coch y gwaed)
- eu bod yn cael llawdriniaeth ac y gallant golli llawer o waed.

Nid yw'n cynnwys trallwysiadau gwaed brys, er enghraifft ar ôl damwain.

Beth yw trallwysiad gwaed?

Trallwysiad gwaed yw pan gaiff gwaed ei gymryd o un person ('rhoddwr') a'i roi i rywun arall. Mae rhoddwyr yn rhoi peth o'u gwaed ymlaen llaw, a chaiff ei storio nes bod ei angen.

I roi trallwysiad gwaed i chi, bydd eich tîm gofal iechyd yn rhoi offer diferu (tiwb byr plastig wedi'i gysylltu â bag o waed) i mewn i wythïen yn eich braich, a bydd y gwaed yn araf yn mynd mewn i'ch corff. Gall gymryd hyd at bedair awr, ond gall rhai trallwysiadau ddigwydd yn gyflymach. Mae rhai risgiau yn gysylltiedig â thrallwysiad (megis adwaith alergaidd), ond yn gyffredinol maent yn ddiogel.

Mathau gwahanol o drallwysiad gwaed

Mae gwahanol fathau o drallwysiad gwaed, ac mae pob un yn adfer rhannau ('cydrannau') gwahanol o'ch gwaed. Mae'r math a ddefnyddir yn dibynnu ar y rheswm pam fod angen trallwysiad gwaed arnoch.

Cell goch y gwaed

Celloedd sy'n cludo ocsigen o amgylch eich corff. Gall trallwysiadau o gelloedd coch y gwaed helpu gydag anemia.

Platen

Celloedd sy'n gweithio gyda 'ffactorau ceulo' yn y plasma i wneud i'ch gwaed geulo (i atal briw neu glwyf rhag gwaedu). Gall trallwysiadau o blatenni helpu gyda phroblemau ceulo.

Plasma

Hylif eich gwaed yw plasma. Mae fel arfer wedi'i rewi er mwyn cadw'r ffactorau ceulo sydd ynddo, ac efallai y cyfeirir ato fel 'plasma ffres wedi'i rewi' neu 'FFP'. Gall trallwysiadau plasma helpu gyda phroblemau ceulo.

Cryogwaddod

Rhan o'r gwaed wedi'i gwneud o blasma sy'n cynnwys llawer o ffactorau ceulo. Gall trallwysiadau cryogwaddod helpu gyda phroblemau ceulo.

Crynodiad prothrombin cymhlyg

Cynnyrch gwaed wedi'i wneud o blasma. Mae'n cynnwys ffactorau ceulo penodol sy'n helpu pobl sy'n cymryd meddyginiaethau sy'n ei gwneud yn anodd i'w gwaed geulo.

Pwy fyddaf yn ei weld?

Bydd gennych dîm o bobl yn gofalu amdanoch. Bydd meddygon a nyrsys yn rhan o'r broses o roi trallwysiad gwaed i chi.

Os yw eich tîm gofal iechyd yn credu bod angen trallwysiad gwaed arnoch, dylent esbonio pam fod ei angen arnoch, sut byddant yn ei roi i chi, ac os oes unrhyw ddewisiadau amgen. Dylent hefyd ddweud wrthych am yr hyn mae'n yn ei olygu i chi yn y dyfodol (er enghraifft, os ydych wedi cael trallwysiad gwaed ni fyddwch yn gallu rhoi gwaed). Dylai eich tîm gofal iechyd esbonio hyn i chi cyn i chi gael trallwysiad, neu ar ôl i chi wella os oes angen trallwysiad arnoch yn annisgwyl (er enghraifft, os ydych yn gwaedu'n ddifrifol yn ystod llawdriniaeth). Dylai eich tîm gofal iechyd eich annog i ofyn unrhyw gwestiynau sydd gennych am drallwysiadau gwaed cyn ac ar ôl i chi gael trallwysiad. Dylid nodi'r trafodaethau hyn yn eich cofnodion meddygol.

Er mwyn sicrhau nad ydych yn cael unrhyw broblemau wrth gael trallwysiad gwaed (megis adweithiau alergeddol), dylai eich tîm gofal iechyd asesu eich 'arwyddion hanfodol' (er enghraifft, eich pwls, eich tymheredd a'ch cyfradd anadlu) a pha mor dda rydych chi cyn, yn ystod ac ar ôl unrhyw drallwysiadau. Dylid gwneud hyn mewn rhan o'r ysbyty sydd â'r staff sydd ei angen i nodi a thrin unrhyw broblemau sydd gennych.

Dylai eich tîm gofal iechyd roi gwybodaeth ysgrifenedig i chi yn esbonio unrhyw drallwysiadau rydych wedi eu cael a pham. Gallai'r wybodaeth hon gael ei chynnwys yn y nodiadau y maent yn eu rhoi i chi pan fyddwch yn gadael yr ysbyty (eich 'crynodeb rhyddhau'). Dylent hefyd ddweud wrth eich meddyg eich bod wedi cael trallwysiad.

Os ydych o dan 16 oed, fel arfer bydd eich rhieni neu'ch gofalwyr yn rhan o'ch gofal. Os na hoffech i'ch rhieni na'ch gofalwyr gael eu cynnwys a'i bod yn glir

eich bod yn deall yr holl wybodaeth, gallwch chi a'ch tîm gofal iechyd benderfynu pa ofal y dylech ei gael.

Efallai na fydd rhai o'r triniaethau na'r gofal sy'n cael eu disgrifio yma yn briodol i chi. Os credwch nad yw eich gofal yn cyd-fynd â'r cyngor hwn, siaradwch â'ch tîm gofal.

Dewisiadau amgen yn lle trallwysiadau gwaed i bobl sy'n cael llawdriniaeth

I bobl sy'n cael llawdriniaeth, yn aml mae ffyrdd o geisio osgoi'r angen am drallwysiad gwaed.

Haearn

Os ydych yn cael llawdriniaeth a bod gennych anemia a achosir gan ddiffyg haearn, dylech gael cynnig haearn i drin hyn. Byddwch fel arfer yn cael tabledi haearn, ond efallai y byddwch hefyd yn cael haearn y gallwch ei roi i mewn i hylif a'i yfed. Os nad yw'r mathau hyn o haearn yn gweithio i chi (er enghraifft oherwydd eu bod yn rhoi poen stumog i chi), efallai y cewch gynnig pigiadau haearn i mewn i'ch gwythiennau.

Asid tranecsamig ac arbed celloedd

Mae torthenni gwaed yn ffurfio i'ch atal rhag gwaedu pan fyddwch wedi cael anaf, er enghraifft oherwydd briw i'r croen neu yn ystod llawdriniaeth. Mae asid tranecsamig yn feddyginiaeth sy'n helpu eich gwaed i geulo'n well. Gall hyn eich atal rhag colli gormod o waed yn ystod llawdriniaeth. Gall y tîm llawdriniaethau hefyd ddefnyddio offer arbennig i gasglu unrhyw waed rydych yn ei golli, fel y gellir rhoi eich gwaed eich hun yn ôl i chi. Gelwir hyn yn 'arbed celloedd'.

Yn dibynnu ar faint o waed mae eich tîm gofal iechyd yn credu y gallwch ei golli yn ystod eich llawdriniaeth, efallai y cewch gynnig asid tranecsamig. Os

ydych yn debygol o golli llawer o waed (megis mewn llawdriniaeth ar eich calon) efallai y cewch gynnig arbed celloedd hefyd.

Fel arfer, ni ddylech gael cynnig arbed celloedd heb asid tranecsamig, gan nad yw'n gweithio cystal ar ei ben ei hun.

Erythropoietin

Mae erythropoietin yn feddyginiaeth sy'n helpu eich corff i wneud mwy o gelloedd coch y gwaed. Fel arfer, ni ddylech gael cynnig erythropoietin, oherwydd nid yw'n gweithio'n dda o ran helpu pobl sy'n cael llawdriniaeth i osgoi'r angen am drallwysiad gwaed. Fodd bynnag, efallai y cewch gynnig erythropoietin os na allwch gael trallwysiad gwaed oherwydd ei fod yn groes i'ch credoau, neu oherwydd nad yw'r math o waed sydd ei angen arnoch ar gael.

Trallwysiadau ar gyfer anemia

Os oes gennych anemia, efallai y cewch gynnig trallwysiad o gelloedd coch y gwaed. Os oes gennych waedu difrifol, anemia sydd wedi para am gyfnod hir (anemia 'cronig') neu glefyd y galon, yna dylai eich tîm gofal iechyd ystyried hyn wrth benderfynu p'un a oes angen celloedd coch y gwaed arnoch.

Trallwysiadau ar gyfer problemau ceulo

Mewn rhai pobl, nid yw gwaed yn ceulo cystal ag y dylai, a gallant waedi am hirach nag sy'n arferol. Efallai y cewch gynnig drallwysiad o blatennau, plasma ffres wedi'i rewi, neu cryogwaddod i helpu gyda phroblemau ceulo:

- Os oes gennych gyflwr o'r enw thrombocytopenia (prinder platennau) a'ch bod yn gwaedu.
- Os ydych yn gwaedu'n drwm iawn (ond nid yw'n berygl bywyd) a bod eich profion gwaed yn dangos bod eich gwaed yn ceulo'n rhy araf.
- Os ydych yn cael llawdriniaeth, a bod eich profion gwaed yn dangos bod eich gwaed yn ceulo yn rhy araf.

Efallai y caiff rhai pobl sydd â risg uchel o waedu gynnig trallwysiad i atal problemau rhag dechrau (trallwysiad 'proffylactig'). Mae hyn yn cynnwys:

- pobl â math penodol o thrombocytopenia
- pobl â phroblemau ceulo sy'n cael llawdriniaeth.

Pobl sy'n cymryd warfarin

Os ydych yn cymryd warfarin (meddyginiaeth sy'n atal eich gwaed rhag ceulo), dylech gael drallwysiad o grynodiad prothrombin cymhlyg yn syth os ydych yn gwaedu'n drwm neu os ydych wedi cael anaf i'r pen a all fod wedi achosi gwaedu yn eich ymennydd.

Efallai y cewch drallwysiad o grynodiad prothrombin cymhlyg yn syth os ydych yn cymryd warfarin a bod angen llawdriniaeth brys arnoch.

Cwestiynau i'w gofyn am drallwysiadau gwaed

Gall y cwestiynau hyn eich helpu i drafod trallwysiadau gwaed gyda'ch tîm gofal iechyd.

Darganfod beth sy'n bod (diagnosis)

- A oes gennyf gyflwr sy'n golygu y bydd angen trallwysiadau gwaed rheolaidd arnaf?

Gwybodaeth am drallwysiadau gwaed

- A allwch ddweud mwy wrthyf am drallwysiadau gwaed?
- Faint o drallwysiadau gwaed bydd angen i mi eu cael?
- A fydd cael trallwysiad gwaed yn effeithio arnaf yn ddiweddarach mewn bywyd?
- A oes unrhyw sefydliadau cymorth yn fy ardal leol?
- Ni allaf gael rhai/unrhyw fath o drallwysiadau gwaed oherwydd mae'n groes i'm credoau. Pa driniaethau amgen y gallaf eu cael?

Triniaethau

- Pam rydych wedi penderfynu cynnig y math penodol hwn o driniaeth i mi?

- Beth yw manteision ac anfanteision y driniaeth hon?
- Beth fydd yn ei gynnwys?
- Sut y bydd yn fy helpu? Pa effaith a gaiff ar fy symptomau a'm bywyd bob dydd? Pa fath o welliannau y gallaf eu disgwyl?
- Faint o amser y bydd yn ei gymryd i'r driniaeth gael effaith?
- A oes unrhyw risgiau gyda'r driniaeth hon?
- A oes triniaethau eraill y gallwn eu cael?
- Ble y gallaf (a fy nheulu/gofalwyr) ddod o hyd i ragor o wybodaeth?

Dim triniaeth

- Beth fydd yn digwydd os byddaf yn dewis peidio â chael y driniaeth a gynigiwyd gennych?

Sgil-effeithiau

- Pa sgil-effeithiau y gallaf eu cael?
- Beth y dylwn ei wneud os caf unrhyw sgil-effeithiau? (Er enghraifft, gyda phwy y dylwn gysylltu?)
- A oes unrhyw effeithiau hirdymor yn gysylltiedig â chael y driniaeth hon?

Ar gyfer aelodau o'r teulu, ffrindiau neu ofalwyr

- Beth y gallaf/gallwn ei wneud fel gofalwr/gofalwyr i helpu a chefnogi'r unigolyn sydd angen trallwysiad gwaed?
- A oes unrhyw gymorth ychwanegol y gallaf i fel gofalwr/gallwn ni fel gofalwyr elwa ohono neu fod â hawl iddo?

Ar ôl eich triniaeth

- Pryd y dylwn ddechrau teimlo'n well a beth ddylwn ei wneud os na fyddaf yn dechrau teimlo'n well erbyn hynny?
- A oes angen newid hyd/dogn fy nhriniaeth bresennol?
- A allaf roi gwaed ac organau o hyd ar ôl cael trallwysiad gwaed?

Ffynonellau cyngor a chymorth

- Elusen Anemia Diamond Blackfan, 0845 094 1548
  www.diamondblackfan.org.uk/what-is-dba/blood-transfusion-therapy
- Cymdeithas Cymorth ITP
  www.itpsupport.org.uk/treatmentsummary.htm
- Grŵp Cymorth Cleifion MDS y DU, 020 7733 7558
  www.mdspatientsupport.org.uk/what-is-mds/information-material
- Cymdeithas Thalasemia y DU, 020 8882 0011
  www.ukts.org

Gallwch hefyd fynd i wefan NHS Choices i gael rhagor o wybodaeth.

Mae gan Gwaed a Thrawsblannu'r GIG wybodaeth hefyd i gleifion sy'n cael trallwysiad gwaed.

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

Efallai y bydd oedolion hefyd am ddarllen gwybodaeth NICE i'r cyhoedd ar brofiadau cleifion o fewn gwasanaethau'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.

ISBN: 978-1-4731-1718-1