

Twbercwlosis

Ionawr 2016

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 twbercwlosis (TB) a nodir yng nghanllaw NICE 33.

Mae'r canllaw hwn yn diweddarau'r cyngor ar TB a luniwyd gan NICE yn 2011 a 2012.

A yw'r wybodaeth hon yn berthnasol i mi?

Ydy, os oes gennych chi, neu aelod o'r teulu neu ofalwr, TB neu rydych yn wynebu risg o gael eich heintio â TB.

Twbercwlosis

Haint bacterol yw TB. Gall unrhyw un ddal TB drwy anadlu'r bacteria sy'n ei achosi. Mae bacteria yn bresennol mewn dafnau bach sy'n cael eu peswch allan gan rywun sydd â TB.

Mae rhai pobl yn mynd yn sâl gyda TB. Gelwir hyn yn TB '**gweithredol**'. Gall pobl fynd yn sâl o fewn ychydig wythnosau, misoedd neu flynyddoedd o anadlu'r bacteria. Yn y rhan fwyaf o bobl, mae system imiwnedd y corff yn lladd y bacteria ac nid yw'r unigolyn yn mynd yn sâl.

Mewn pobl eraill, nid yw'r bacteria'n cael eu lladd ond maent yn aros yn y corff ar lefel isel, felly nid yw'r person yn mynd yn sâl ac nid ydynt yn heintus.

Gelwir hyn yn TB '**cudd**'. Os yw'r bacteria yn dechrau lluosogi eto fisoedd neu flynyddoedd yn ddiweddarach gall yr unigolyn ddatblygu TB gweithredol. Mae hyn yn digwydd weithiau, er enghraifft, os caiff system imiwnedd rhywun ei

wanhau gan afiechyd arall megis HIV neu driniaethau fel cyffuriau ar gyfer cancer.

Ar yr ysgyfaint yn bennaf y mae TB gweithredol yn effeithio, ond gall effeithio ar rannau eraill o'r corff, fel y nodau lymff (chwarennau), yr ymennydd neu linyrn y cefn. Mae'r symptomau mwyaf cyffredin ar gyfer TB yn cynnwys peswch parhaus, blinder llethol, diffyg archwaeth am fwyd, colli pwysau, twymyn a chwysu yn ystod y nos.

Mae'n bosib trin TB, ond mae'n bwysig bod TB gweithredol a chudd yn cael ei drin yn gyflym. Mae hyn er mwyn atal y bacteria rhag lledaenu drwy'r corff ac i bobl eraill.

Cwestiynau i'w gofyn am TB

- Pam bod gennyf TB, ac o ble y cefais i TB?
- A allwch ddweud mwy wrthyf am TB?
- A oes gen i TB gweithredol neu gudd?
- Sut y gallaf sicrhau nad wyf yn rhoi TB i bobl eraill?
- A oes unrhyw sefydliadau cymorth yn fy ardal leol?
- A allwch roi unrhyw wybodaeth i'm teulu/gofalwyr?
- A oes unrhyw help arall (fel cymorth gan gyfoedion) a gwybodaeth (fel taflen, DVD neu wefan) am y driniaeth y gallaf ei chael?

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 gweithwyr proffesiynol arbenigol a nyrsys arbenigol, pobl sy'n darparu cymorth gofal cymdeithasol neu bobl sy'n gweithio yn y gwasanaethau cymorth tai, yn ogystal â'ch meddyg teulu.

Gweithio gyda chi

Dylai eich tîm gofal siarad â chi am TB. Dylent egluro unrhyw brofion, triniaethau neu gymorth, a'u risgiau a manteision, er mwyn i chi benderfynu ar

y cyd beth sydd orau i chi. Dylid eich annog i gymryd rhan yn eich gofal o'r dechrau. Os ydych yn oedolyn, gall eich teulu neu eich gofalwr eich helpu i wneud penderfyniadau, ond dim ond os byddwch yn cytuno ar hynny.

Os ydych yn blentyn neu'n berson ifanc, efallai y bydd eich rhiant neu ofalwr yn eich helpu i wneud penderfyniadau, gan ddibynnu ar eich oedran.

Rhestrir cwestiynau ym mhob adran y gallwch eu defnyddio i'ch helpu i siarad â'ch tîm gofal.

Efallai y byddwch 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](#).

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

Pwy sydd â risg uchel o ddatblygu TB?

Mae pobl sydd â risg uchel o ddatblygu TB yn cynwys pobl, neu blant pobl lle mae'r canlynol yn gymwys:

- maent wedi bod mewn cysylltiad agos â phobl sydd â TB (gweler [profion ar gyfer TB](#))
- maent wedi dod i weithio neu fyw yn y DU o wlad lle mae TB yn gyffredin
- mae ganddynt system imiwneidd wan oherwydd, er enghraifft, HIV, trawsblaniad aren neu driniaeth ar gyfer canser
- maent yn ei chael hi'n anodd adnabod symptomau TB, mynd i apwyntiadau rheolaidd neu gymryd meddyginiaethau.

Dylid rhoi gwybodaeth i bobl sydd yn y grwpiau risg uchel hyn am sut i adnabod symptomau TB a sut y gallant ei gael, a beth i'w wneud os ydynt yn amau bod ganddynt TB.

Profion ar gyfer TB

Os ydych yn wynebu risg uchel o TB, dylid rhoi cyngor a gwybodaeth i chi am yr angen am brofion.

Efallai y bydd angen i bawb sydd wedi bod mewn cysylltiad agos (er enghraifft, rhannu ystafell wely, cegin, ystafell ymolchi neu ystafell fyw) gyda rhywun sydd wedi cael diagnosis o TB gweithredol gael profion i weld a ydynt wedi'u heintio. Gelwir hyn yn 'olrhain cysylltiad'.

Dylai eich tîm TB lleol gynig profion i chi os ydych wedi dod i gysylltiad agos ag unrhyw un rydych yn ei adnabod sydd â TB yn eu hysgyfaint neu laryncs (rhan o'r gwddf sy'n cynnwys llinynnau eu llais). Mae ffactorau eraill a fydd yn effeithio ar p'un a gynnigir profion ar gyfer TB i chi yn cynnwys y canlynol:

- faint o gyswllt rydych wedi'i gael gydag unigolyn sydd â TB (er enghraifft, os ydych yn bartner, rhiant, claf mewn ysbyty, neu fyfyrwr neu gydweithiwr i berson sydd â TB)
- lle rydych yn gweithio (er enghraifft, os ydych yn gweithio yn y GIG a bod gennych gyswllt â chleifion neu samplau clinigol neu os ydych yn gweithio mewn carchar)
- lle rydych yn byw, neu lle rydych wedi byw (er enghraifft, pobl sy'n cyrraedd y DU o wlad lle mae TB yn gyffredin iawn, pobl sy'n ddiartref neu sy'n byw mewn hostel, a phobl mewn carchardai)
- p'un a oes gennych system imiwnedd wan
- p'un a ydych wedi bod mewn cysylltiad ag unigolyn heintus iawn.

Profion ar gyfer TB

Ceir ystod o brofion ar gyfer TB y gellir eu cynnig i chi, yn dibynnu ar eich amgylchiadau. Mae'r rhain yn cynnwys:

Prawf Mantoux: chwistrellir ychydig o brotîn TB diniwed o dan eich croen (ni allwch ddal yr afiechyd o'r prawf hwn). Caiff yr ardal ei harchwilio i weld a yw eich corff wedi adweithio i'r protîn TB 48-72 awr yn ddiweddarach.

Prawf rhyddhau gamma-interfferon: prawf gwaed sydd weithiau'n cael ei gynnal ar ôl, ar yr un pryd, neu yn lle'r prawf Mantoux. Os bydd y canlyniadau'n bositif, dylech gael rhagor o brofion i weld p'un a oes gennych TB.

Taeniad sbwtwm: efallai y gofynnir i chi besychu sampl o sbwtwm er mwyn gallu ei archwilio ar gyfer TB yn y labordy.

Pelydr X o'r frest: efallai y cewch belydr X o'r frest i weld p'un a oes gennych TB yn eich ysgyfaint.

Yn dibynnu ar eich risg a chanlyniadau'r prawf, efallai y cewch gynnig profion pellach neu gael eich cyfeirio at arbenigwr TB (gweler [diagnosis TB gweithredol](#)).

Os yw eich tîm TB o'r farn eich bod yn dal yn wynebu risg a'ch bod eisoes wedi cael brechiad, gellir cynnig brechiad o'r enw BCG i chi (gweler [Brechiad BCG](#)).

Brechiad BCG

Dylid cynnig brechiad BCG i'r unigolion canlynol:

- babanod newydd-anedig os yw'r canlynol yn gymwys:
 - cawsant eu geni mewn ardal lle mae cyfraddau TB yn uchel
 - mae 1 neu fwy o'u rheini neu neiniau a theidiau wedi'u geni mewn gwlad lle mae TB yn gyffredin iawn

- mae rhywun yn eu teulu wedi cael TB yn y 5 mlynedd diwethaf
- plant sy'n 15 oed neu'n iau nad ydynt wedi cael brechiad yn fabanod newydd-anedig ac a allai wynebu risg uwch o TB
- pobl sy'n 25 oed neu'n iau nad ydynt wedi cael brechiad o'r blaen ac wedi cael canlyniad prawf Mantoux negatif os ydynt:
 - wedi bod mewn cysylltiad agos â rhywun sydd â TB sy'n effeithio ar eu hysgyfaint neu laryncs
 - wedi dod i fyw yn y DU o ardaloedd eraill lle mae TB yn gyffredin iawn
 - yn gweithio gydag anifeiliaid a all gael TB (fel tsimpansïaid neu wartheg)
 - yn gweithio mewn carchardai, cartrefi i bobl hŷn, neu hosteli ar gyfer ffoaduriaid, ceiswyr lloches neu bobl ddigartref
 - yn bwriadu byw neu weithio am fwy na 3 mis mewn gwlad lle mae TB yn gyffredin iawn
- pobl nad ydynt wedi cael brechiad o'r blaen ac sydd wedi cael canlyniad prawf Mantoux negatif ac sy'n gweithio'n rheolaidd gyda chleifion neu samplau clinigol.

Os ydych chi neu'n plentyn wedi cael cynnig brechiad BCG, dylai'r unigolyn sy'n ei gynnig i chi roi gwybodaeth i chi am y manteision a'r risgiau. Dylai hyn fod yn yr iaith a'r fformat cywir i chi. Dylech allu trafod yr opsiynau hyn gyda gweithiwr iechyd proffesiynol cyn i chi benderfynu beth i'w wneud.

Diagnosis TB gweithredol

Os ydych yn amau bod gennych TB gweithredol yn eich ysgyfaint, neu rydych wedi bod mewn cysylltiad â rhywun sydd â TB gweithredol yn eu hysgyfaint, gallwch gyfeirio eich hun i glinig TB am asesiad. Dylai'r sefydliadau a restrir yn [ffynonellau cyngor a chymorth](#) allu eich rhoi mewn cysylltiad â gwasanaethau lleol.

Os amheuir bod gennych TB gweithredol, dylai eich tîm TB eich asesu o fewn 5 diwrnod gwaith. Os cadarnheir bod gennych TB gweithredol, dylid eich asesu ar y diwrnod gwaith nesaf.

Profion ar gyfer TB yn yr ysgyfaint

Os oes gennych symptomau o TB gweithredol (gweler [tuberculosis](#)) yn eich ysgyfaint, dylid cynnig profion i chi gan weithiwr gofal iechyd proffesiynol. Gallai'r rhain gynnwys pelydr X o'r frest a phrofion ar samplau o sbwtwm wedi'i besychu o'ch ysgyfaint. Os bydd y profion yn canfod unrhyw facteria TB yn eich sbwtwm, rydych yn fwy tebygol o basio TB ymlaen i bobl eraill. Gelwir hyn yn TB taeniad positif. Os na welir bacteria, ond bod profion eraill yn dangos bod gennych TB, gelwir hyn yn TB taeniad negatif.

Profion am TB mewn rhannau eraill o'r corff

Os gallai fod gennych TB mewn rhan arall o'ch corff, heblaw eich ysgyfaint, gallai fod angen i feddyg gynnal prawf i weld a yw'n cynnwys bacteria TB. Gall hyn gynnwys tynnu sampl bach o feinwe (a elwir yn biopsi) neu ddefnyddio nodwydd i dynnu ychydig o gelloedd neu hylif o'r ardal yr effeithiwyd arni. Dylech hefyd gael pelydr X o'r frest i weld a yw yn eich ysgyfaint hefyd.

Os oes gennych TB sydd wedi lledaenu i rannau eraill o'r corff, dylai gweithiwr gofal iechyd proffesiynol gynnig profion ychwanegol i chi i weld p'un a yw'r TB yn eich ymennydd neu linyn eich cefn. Dylai hyn gynnwys prawf a elwir yn brawf pigiad y lwynau (caiff ychydig o'r hylif sy'n amgylchynu llinyn y cefn ei dynnu drwy nodwydd). Efallai y bydd angen sgan arnoch, fel CT neu MRI, hefyd. Os oes gennych TB yn asgwrn y cefn neu arwyddion bod y nerfau yn llinyn y cefn wedi'u heffeithio (fel gwendid, diffwrwythder neu oglais), dylid cynnig sgan i chi i weld os oes gennych TB y tu mewn i linyn eich cefn.

Tra byddwch yn aros am eich canlyniadau

Efallai y bydd angen i chi ddechrau'r driniaeth cyn i chi gael canlyniadau'r profion.

Cwestiynau i'w gofyn am ganfod p'un a oes gennych TB

- Pam rydych yn cynnig y profion hyn i mi?
- A allwch ddweud mwy wrthyf am y profion rydych wedi eu cynnig i mi?
- Beth mae'r profion hyn yn ei olygu?
- Ble y cânt eu cynnal? A fydd angen i mi eu cael yn yr ysbyty?
- Pa mor hir y bydd yn rhaid i mi aros am y profion hyn?
- Pa mor hir y bydd yn ei gymryd i gael y canlyniadau?
- Pam ei bod yn bwysig i mi ddechrau'r driniaeth cyn i mi gael fy nghanlyniadau?

Trin TB cudd

Os bydd profion yn dangos bod gennych TB cudd (gweler [twbercwlosis](#)) ac os ydych yn 65 oed neu'n iau, dylai eich tîm TB gynnig gwrthfotigau i chi er mwyn atal hyn rhag datblygu i fod yn afiechyd TB gweithredol. Fel arfer mae triniaeth yn para 3 neu 6 mis. Os ydych yn 35-65 oed, dim ond os yw'r meddyg o'r farn eich bod yn wynebu risg isel o niwed i'r afu/iau y dylid cynnig y driniaeth i chi. Dylai'r tîm TB eich asesu i weld a oes unrhyw ffactorau yn eich bywyd a allai ei gwneud yn anodd i chi gymryd eich triniaeth. Er enghraifft, os ydych yn ddigartref neu'n camddefnyddio cyffuriau neu alcohol, dylent eich rhoi mewn cysylltiad â gwasanaethau cymorth.

Dylai babanod newydd-anedig (4 wythnos neu'n iau) sydd mewn cysylltiad agos ag unigolyn sydd wedi cael prawf positif am TB yn ei sbwtwm, ac sydd heb gael o leiaf bythefnos o driniaeth gwrth-TB, gael eu hasesu gan feddyg am TB gweithredol a'u trin am TB cudd am o leiaf 6 mis. Dylid asesu unrhyw un o dan 2 flwydd oed am TB gweithredol a dylid cynnig triniaeth iddynt ar unwaith. Ni ddylent orfod aros am ganlyniadau profion. Dylid rhoi profion a thriniaeth bellach yn ôl yr angen.

Trin TB gweithredol

Os cewch ddiagnosis o TB gweithredol (gweler [twbercwlosis](#)), dylai gweithiwr gofal iechyd proffesiynol eich cyfeirio at dîm o arbenigwyr sydd wedi cael hyfforddiant TB. Dylai gweithwyr gofal iechyd proffesiynol sy'n arbenigo mewn gofalu am y grwpiau hyn drin pobl sydd â chyflyrau eraill fel HIV neu glefyd yr iau/afu difrifol, a phlant a phobl ifanc.

Y driniaeth arferol ar gyfer TB gweithredol, gan gynnwys TB sy'n effeithio ar yr ysgyfaint, yw cyfuniad o wrthfotigau gwahanol am gyfanswm o chwe mis. Os oes gennych TB sy'n effeithio ar eich ymennydd neu llyn y cefn, dylai eich triniaeth bara am 12 mis. Gall y driniaeth bara yn hirach os oes gennych TB sy'n gwrthsefyll cyffuriau (pan nad yw cyffuriau gwrth-TB safonol yn ddigon effeithiol) neu os nad ydych wedi cael egwyliau yn ystod eich triniaeth.

Os oes gennych TB yr ymennydd, llyn y cefn neu'r galon, dylai gweithiwr gofal iechyd proffesiynol hefyd gynnig math arall o feddyginiaeth i chi o'r enw corticosteroid am ychydig o wythnosau er mwyn gostwng y chwydd yn yr ardal sydd wedi'i heffeithio gan TB. Efallai y cynigir llawdriniaeth i chi, os oes gennych bwysedd cynyddol yn eich ymennydd neu asgwrn cefn ansefydlog neu llyn y cefn cywasgedig.

Mae'n bwysig eich bod yn [gorffen eich triniaeth](#).

Therapi arsylwi uniongyrchol

Os ydych yn debygol o'i chael hi'n anodd cymryd eich meddyginiaeth yn rheolaidd, gall eich tîm TB ofyn i chi a ydych am ymuno â rhaglen a elwir yn 'therapi arsylwi uniongyrchol'. Mae hyn yn cynnwys cwrdd â gweithiwr gofal iechyd penodol bob tro y byddwch yn cymryd dogn o'ch meddyginiaeth gwrth-TB. Byddwch chi a'ch gweithiwr gofal iechyd yn penderfynu rhyngoch pryd a lle y byddwch yn cyfarfod. Ond y nod yw ei gwneud mor hawdd â phosibl i chi. Fel arfer rhoddir y math hon o driniaeth bob dydd, ond o leiaf dair gwaith yr wythnos.

Dylai pob person sydd mewn carchar sy'n cael triniaeth ar gyfer TB gael therapi arsylwi uniongyrchol - a dylai hyn barhau ar ôl iddynt gael eu rhyddhau.

Os oes gennych sgîl-ffeithiau

Os oes gennych sgîl-ffeithiau difrifol oherwydd eich triniaeth, fel arfer byddwch yn rhoi'r gorau i gymryd y cyffuriau dros dro hyd nes bydd y sgîl-ffeithiau wedi diflannu. Bydd meddygon yn archwilio pa mor dda y mae eich afu/iau yn gweithio ac yna byddant yn dechrau eich cyffuriau eto yn araf, un ar y tro. Ond, os oes gennych TB difrifol, efallai y bydd angen i chi aros ar rai o'r cyffuriau a chael eich monitro ar yr un pryd.

Pan ddaw'r driniaeth i ben

Unwaith y byddwch wedi gorffen eich triniaeth, fel arfer ni fyddwch yn cael rhagor o apwyntiadau i weld arbenigwr TB. Ond, dylai'r arbenigwr ddweud wrthyich am y symptomau a allai olygu bod y TB wedi dychwelyd, a sut i gysylltu â nhw ar frys os byddwch yn cael unrhyw un o'r symptomau hyn.

Cwestiynau i'w gofyn am driniaeth

- Pam rydych wedi penderfynu cynnig y math hwn o driniaeth i mi?
- Beth fydd yn ei gynnwys?
- Sut y bydd yn fy helpu? Pa effaith a gaiff ar fy symptomau a'm bywyd bob dydd?
- Faint o amser y bydd yn ei gymryd i'r driniaeth gael effaith?
- Pryd y dylwn roi'r gorau i ddefnyddio'r driniaeth? A allaf roi'r gorau i gymryd y driniaeth pan fydd fy symptomau yn diflannu? Pam ei bod yn bwysig fy mod yn gorffen fy holl driniaeth?
- Beth yw'r sgîl-ffeithiau sy'n gysylltiedig â'r driniaeth hon?
- A allaf gael triniaeth ar gyfer TB os wyf eisoes yn cymryd meddyginiaethau eraill, er enghraifft ar gyfer HIV neu ar ôl trawsblaniad?
- A oes unrhyw driniaethau eraill y gallwn eu cael ar wahân i'r rhai rydych wedi'u cynnig i mi?
- Beth allaf ei wneud i fy helpu i gofio cymryd fy meddyginiaethau?
- A allwch ddweud mwy wrthyf am therapi arsylwi uniongyrchol, beth y bydd yn ei gynnwys a sut y gall fy helpu?
- A oes gen i TB sy'n gwrthsefyll cyffuriau?
- Gyda phwy y gallaf gysylltu os oes gennyf unrhyw gwestiynau?

Gorffen eich triniaeth

Os byddwch yn methu unrhyw ddogneau neu'n rhoi'r gorau i gymryd eich meddyginiaeth cyn diwedd y cwrs, mae'r TB yn debygol o ddychwelyd a gall nawr wrthsefyll meddyginiaethau (TB sy'n gwrthsefyll cyffuriau). Felly, mae'n hanfodol eich bod yn cymryd eich holl feddyginiaethau yn gywir. Hyd yn oed os ydych yn teimlo'n well cyn diwedd y cwrs, dylech barhau i'w cymryd oherwydd gallech fod yn heintus o hyd a gallech hyd yn oed drosglwyddo TB sy'n gwrthsefyll cyffuriau i'ch teulu a'ch ffrindiau.

Dylai eich tîm TB roi enw a manylion cyswllt unigolyn i chi y gallwch gysylltu â nhw os cewch unrhyw anawsterau wrth gymryd y meddyginiaethau, ac a allai roi gwybodaeth i chi ac unrhyw help sydd ei angen arnoch. Dylai hyn

ddigwydd o fewn 5 diwrnod o gael diagnosis. Gall eich tîm TB hefyd wneud pethau eraill i'ch helpu i gymryd eich triniaeth, fel anfon llythyrau atgoffa neu negeseuon testun atoch.

Triniaeth yn yr ysbyty

Ni ddylai fod angen i chi aros yn yr ysbyty am brofion neu driniaeth os nad ydych yn ddifrifol sâl, neu fod rhesymau clir eraill (er enghraifft, os ydych yn ddigartref) a allai olygu bod gofalu amdanoch y tu allan i'r ysbyty yn anodd.

Os ydych yn yr ysbyty a bod gennych facteria TB yn eich sbwtwm (gelwir hyn yn daeniad positif), dylid gofalu amdanoch mewn ystafell sengl hyd nes y byddwch yn gadael yr ysbyty neu na fyddwch yn heintus bellach. Nid yw'r rhan fwyaf o bobl yn heintus ar ôl iddynt gael triniaeth am bythefnos ond, i rai pobl gyda TB sy'n gwrthsefyll cyffuriau, gall fod yn hirach. Dylech wisgo masg bob tro y byddwch yn gadael eich ystafell er mwyn helpu i atal TB rhag lledaenu i gleifion eraill.

Ymweld â phlentyn yn yr ysbyty

Os ydych yn ymweld â phlentyn yr amheuir bod ganddo/ganddi TB gweithredol yn yr ysbyty, dylech gael eich archwilio am symptomau o TB heintus, rhag ofn bod y plentyn wedi dal TB gennych. Bydd angen i chi gadw i ffwrdd oddi wrth gleifion eraill tan y byddwch wedi cael diagnosis nad oes gennych TB gweithredol.

TB sy'n gwrthsefyll aml-gyffuriau

Os cewch ddiagnosis TB gofynnir cwestiynau i chi a gallwch gael profion i weld p'un a oes gennych TB sy'n gwrthsefyll aml-gyffuriau. Mae TB sy'n gwrthsefyll aml-gyffuriau yn llawer anoddach i'w drin am na fydd y gwrthfotigau a ddefnyddir fel arfer i drin TB yn effeithiol. Os oes gennych TB sy'n gwrthsefyll aml-gyffuriau bydd angen triniaeth arbenigol arnoch am gyfnod hirach, a fydd yn cael ei fonitro'n ofalus. Mae'n bwysig eich bod yn [gorffen eich triniaeth](#).

Os ydych yn yr ysbyty a bod eich tîm o'r farn bod gennych TB sy'n gwrthsefyll aml-gyffuriau, fel arfer gofelir amdanoch mewn ystafell sengl arbennig (a elwir yn ystafell pwysedd negatif) nes na fyddwch yn heintus bellach, neu tan na fydd gennych y math hwn o TB.

Dylai ymwelwyr a staff wisgo masg pan fyddant yn ymweld â chi. Dylai rheolwyr yr ysbyty eich helpu gyda'r effeithiau o ganlyniad i fod ar eich pen eich hun am gyfnod hir, er enghraifft, rhoi mynediad am ddim i'r we i chi, a ffôn a theledu.

Efallai y cewch eich rhyddhau o'r ysbyty yn gynnar, os gallwch gymryd eich triniaeth yn gywir, a bod eich triniaeth yn cael ei monitro.

Os ydych wedi cael TB sy'n gwrthsefyll aml-gyffuriau, bydd angen archwiliadau rheolaidd arnoch am 12 mis neu'n hirach ar ôl eich triniaeth er mwyn sicrhau nad yw'r TB wedi dychwelyd.

Cwestiynau i'w gofyn am TB sy'n gwrthsefyll aml-gyffuriau

- A allwch chi ddweud wrthyf pam rydych wedi penderfynu cynnig y math penodol hwn o driniaeth i mi?
- Beth fydd yn ei gynnwys?
- Sut y bydd yn fy helpu?
- Faint o amser y bydd yn ei gymryd i'r driniaeth gael effaith?
- A oes unrhyw risgiau yn gysylltiedig â'r driniaeth hon?
- Am ba mor hir y bydd yn rhaid i mi ei gymryd?
- Am ba mor hir y bydd angen i mi aros yn yr ysbyty? Am ba mor hir y bydd yn rhaid i mi aros ar fy mhen fy hun?

Ffynonellau cyngor a chymorth

- Sefydliad Prydeinig yr Ysgyfaint, 0300 003 0555
www.lunguk.org
- TB Alert, 0127 323 4029
www.tbalert.org / www.thetruthabouttb.org

Gallwch hefyd fynd i wefan [NHS Choices](#) i gael rhagor o wybodaeth.

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

Canllawiau eraill NICE

Gweler canllawiau eraill gan NICE i gael manylion am ein canllawiau ar y cyflyrau hyn:

- [Hepatitis B \(chronic\): diagnosis and management of chronic hepatitis B in children, young people and adults](#) (2013) canllaw NICE CG165
- [Hepatitis B and C: ways to promote and offer testing to people at increased risk of infection](#) (2012) canllaw NICE PH43
- [Increasing the uptake of HIV testing among men who have sex with men](#) (2011) canllaw NICE PH34
- [Increasing the uptake of HIV testing among black Africans in England](#) (2011) canllaw NICE PH33

ISBN: 978-1-4731-1792-1