Gwybodaeth i Gleifion

Sefydliad Cenedlaethol ar gyfer Rhagoriaeth Glinigol

Arweiniad ar anadlyddion ar gyfer asthma plant – gwybodaeth i gleifion

Awst 2000

Gwybodaeth bellach:

Gallwch gael gwybodaeth bellach am NICE, a'r arweiniad llawn a gyflwynwyd i'r NHS ar wefan NICE **(www.nice.org.uk).** Hefyd gellir gwneud cais amdano drwy ffonio 0541 555 455, gan ddyfynnu'r rhif cyfeirnod 22197.

Sefydliad Cenedlaethol ar gyfer Rhagoriaeth Glinigol

90 Long Acre
Covent Garden
London
WC2E 9RZ

Web: www.nice.org.uk

Beth yw Arweiniad NICE?

Mae'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth Glinigol (NICE) yn rhan o'r NHS. Mae'n rhoi arweiniad i'r NHS ac i gleifion ar feddyginiaethau, offer meddygol a gweithdrefnau clinigol a lle dylid eu defnyddio.

Pan fydd y Sefydliad yn gwerthuso'r pethau hyn, fe'i gelwir yn arfarniad. Bydd pob arfarniad yn cymryd tua 12 mis i'w gwblhau a bydd yn ymwneud â gweithgynhyrchwyr y cyffur neu'r ddyfais, sefydliadau proffesiynol a'r grwpiau sy'n cynrychioli cleifion.

Gofynnwyd i NICE edrych ar y dystiolaeth sydd ar gael ar ddyfeisiau anadlu a chynnig arweiniad a fyddai'n helpu'r NHS i benderfynu pa un y dylid ei defnyddio ar gyfer asthma plant i blant o dan bump oed.

Beth yw asthma?

Mae asthma yn gyflwr cyffredin sy'n effeithio ar y llwybrau anadlu – y tiwbiau bach sy'n cario awyr i mewn ac allan o'r ysgyfaint. Mae'n peri i'r llwybrau anadlu hyn gulhau ac mae hyn yn ei gwneud yn anos anadlu. Gall cleifion gael cyfnodau o wichian a mynd allan o wynt yn gyflym. Gall asthma ddechrau oherwydd nifer o ffactorau, gan gynnwys haint, alergedd neu ymarfer. Mae'n fwy cyffredin mewn cymunedau trefol na rhai gwledig.

Mewn plant o dan 5 oed, rhagnodir anadlyddion i 9 o bob 100 o fechgyn a 6 o bob 100 o ferched ar hyn o bryd.

Sut mae dyfeisiau anadlu yn helpu asthma?

Rhoddir y rhan fwyaf o feddyginiaeth asthma drwy ddefnyddio dyfais anadlu. Mae hwn yn sicrhau bod dognau bach iawn o feddyginiaeth yn cyrraedd yr ysgyfaint yn uniongyrchol. Nod triniaeth asthma yw rhwystro cynnydd yn nifrifoldeb yr afiechyd, cynyddu gallu'r ysgyfaint i weithredu a lleihau nifer y pyliau. Mae dau brif fath o feddyginiaeth i asthma: esmwythwyr (glas fel arfer) sy'n cynnig rhyddhad pan ddaw pwl, ac atalwyr (brown, gwyn, coch neu oren) sy'n gweithio dros gyfnod o amser i helpu i leddfu llid y llwybrau anadlu gan eu gwneud yn llai tebygol o ymateb.

Beth yw anadlyddion?

Dyfeisiau bach yw anadlyddion sy'n sicrhau bod dognau bach iawn o feddyginiaeth yn cyrraedd yr ysgyfaint yn uniongyrchol. Mae'n bwysig sicrhau bod dyfais anadlu yn gofalu bod y dogn cywir o gyffuriau yn cyrraedd y llwybrau anadlu yn gyson. Mae amrywiaeth o ddyfeisiau anadlu y gellir eu defnyddio wrth reoli asthma gan gynnwys:

- Anadlyddion Gwasgeddedig Dogn Mesuredig (pMDIau)

- Systemau Anadlu Powdr Sych (DPIau)

- nebwlyddion.

Mae'r Anadlyddion Dogn Mesuredig yn ei gwneud yn ofynnol i'r claf allu gweithredu'r ddyfais ac anadlu i mewn ar yr un pryd. Oherwydd hyn hwyrach eu bod yn anodd i blant iau eu defnyddio, a dylid eu cyfuno â dyfais bylchau ar gyfer plant bach. Diben y ddyfais bylchu yw gweithredu fel siambr ryngol lle gall yr Anadlydd Gwasgeddedig Dogn Mesuredig (pMDI) adael y cyffur, gan ganiatáu i'r plentyn anadlu'r cyffur wrth gymryd sawl gwynt.

Beth mae NICE wedi'i argymell ynglÌn â defnyddio dyfeisiau anadlu?

I blant o dan 5 oed sydd ag asthma sefydlog cronig, mae NICE wedi argymell:

- dylid rhoi corticosteroidau a therapi broncoledydd fel mater o drefn, drwy Anadlydd Gwasgeddedig Dogn Mesuredig (pMDI) a system bylchau, gyda masg wyneb lle bo angen.

- lle nad yw'r cyfuniad hwn yn effeithiol yn glinigol ar gyfer y plentyn, ac yn dibynnu ar gyflwr y plentyn, hwyrach yr ystyrir therapi nebwleiddio, ac yn achos plant rhwng 3 a 5 oed, hwyrach yr ystyrir anadlydd powdr sych (DPI) hefyd.

- angen penodol yr unigolyn a thebygolrwydd cydymffurfiaeth dda ddylai reoli'r dewis o ddyfais o fewn yr ystod pMDI a bylchau. Unwaith y mae'r ffactorau hyn wedi eu hystyried, dylid dewis ar sail lleihau costau.

Dylai clinigwyr arolygu eu harfer clinigol presennol wrth reoli asthma cronig mewn plant o dan 5 oed yn erbyn yr arweiniad hwn.

Dim ond un agwedd ar ddarparu ymagwedd gynhwysfawr tuag at bob agwedd ar reoli asthma yw dewis dyfeisiau anadlu yn briodol fel y disgrifir. Yn arbennig, mae angen addysg, cymorth ac arweiniad ar rieni/gofalwyr, o ran sut i reoli cyflwr eu plentyn. Mae gan feddygon teulu, nyrs y practis, y nyrs asthma arbenigol, yr ymwelydd iechyd a'r nyrs ysgol a gofalwyr iechyd cymunedol eraill rôl hanfodol wrth ddarparu'r gwasanaeth hwn a gall cyngor ar reoli cyffredinol arwain at welliannau ychwanegol mewn effeithiolrwydd o ran cost ac yn glinigol.

Beth ddylwn ei wneud?

Os oes gan eich plentyn chi neu blentyn yr ydych yn gofalu amdano asthma, dylech drafod yr arweiniad hwn gyda pherson proffesiynol ym maes iechyd yn ystod eich apwyntiad nesaf.

A fydd NICE yn arolygu ei arweiniad?

Bydd. Bydd yr arweiniad hwn yn cael ei arolygu ym mis Awst 2003.