



# Dewisiadau anesthetig ar gyfer cael clun neu ben- glin newydd

Mae'r daflen hon yn egluro'r hyn i'w ddisgwyl pan fyddwch yn cael anesthetig ar gyfer llawdriniaeth i gael clun neu ben-glin newydd. Mae wedi cael ei hysgrifennu gan anesthetyddion, cynrychiolwyr cleifion a chleifion sy'n gweithio gyda'i gilydd.

## Cyflwyniad

Pan fyddwch yn cael clun neu ben-glin newydd, mae dau brif fath o anesthetig y gallwch eu cael:

- anesthetig asgwrn cefn (weithiau gyda thawelyddiad i'ch ymlacio)
- anesthetig cyffredinol.

Mae triniaethau eraill y gallwch eu cael hefyd i leihau'r boen a gwneud y profiad cyfan yn fwy cyfforddus. Gellir defnyddio'r canlynol:

- bloc nerfau
- trwythiad anesthetig lleol (pigiadau) o amgylch y cymal a'r clwyf
- yn achlysurol, epidwral.

## Cyn eich llawdriniaeth

### Y clinig asesu cyn llawdriniaeth

Bydd y rhan fwyaf o ysbytai yn eich gwahodd i glinig asesu cyn llawdriniaeth i drafod eich iechyd cyffredinol a'ch lefelau gweithgaredd.

Cofiwch ddod â'ch tabledi yn eu pacedi gwreiddiol neu gopi o'ch presgripsiwn cyfredol gyda chi. Byddwch yn cael eich holi am eich iechyd cyffredinol, eich gweithgaredd ac am salwch, llawdriniaethau ac anesthetigion blaenorol. Cewch eich holi hefyd am unrhyw alergeddau sydd gennych.

Bydd staff yn asesu eich iechyd ar gyfer y llawdriniaeth ac yn trefnu unrhyw brofion sydd eu hangen, megis profion gwaed neu brawf ECG (olrhain y galon).

Gall staff hefyd siarad â chi am fathau o anesthetig ar gyfer eich llawdriniaeth. Efallai y byddwch hefyd yn cyfarfod eich anesthetydd i drafod eich iechyd yn fwy manwl yn ogystal â'ch dewisiadau ar gyfer anesthetig. Mae'n bosib y byddant yn argymhell yn gryf eich bod yn cael math penodol o anesthetig os oes gennych bryderon meddygol.

I gleifion sydd â phroblemau meddygol cymhleth neu gyfyngiadau difrifol ar weithgaredd nad ydynt yn gysylltiedig â'ch cymalau, mae'n bosib y bydd eich anesthetydd yn ystyried bod y lefelau risg yn uchel iawn. Efallai y byddwch yn dymuno cael amser ychwanegol i benderfynu a ddylid mynd ymlaen â'r llawdriniaeth ac i drafod â'ch teulu neu ag eraill.

## Rhaglen Gwell Adferiad

Mae llawer o ysbytai'n cynnig rhaglen gwell adferiad gyda'r bwriad o leihau'r amser y mae'n ei gymryd i wella ar ôl eich llawdriniaeth a chaniatáu ichi ddychwelyd yn gynt i fywyd normal.

Mae hyn yn golygu y bydd y staff sy'n gofalu amdanoch yn dilyn rhaglen ofal ar sail tystiolaeth a elwir yn llwybr gofal. Mae hyn yn cynnwys y canlynol:

- eich paratoi ar gyfer y llawdriniaeth
- amlinellu cynllun nodweddiadol ar gyfer yr anesthetig a lleddfu poen
- trefnu'r gofal fydd ei angen arnoch ar y ward wedi'r llawdriniaeth
- annog bwyta, yfed a cherdded yn gynnar, sydd i gyd yn lleihau'r amser y bydd yn rhaid ichi dreulio yn yr ysbyty.

Bydd y gofal anesthetig ar gyfer gwell adferiad hefyd yn sicrhau y byddwch yn cael cyn lleied o boen ac ôl-ffeithiau annymunol â phosib.

## Ysgol clun a phen-glin

Mae'r rhan fwyaf o raglenni gwell adferiad yn cynnig sesiynau gwybodaeth a gynhelir cyn eich llawdriniaeth. Bydd aelodau o'r fîm fydd yn gofalu amdanoch yn egluro pob cam o'ch cyfnod yn yr ysbyty a'ch adferiad wedi hynny. Gallwch hefyd ofyn unrhyw gwestiynau fydd gennych am y driniaeth a'r anesthetig.

## Cwestiynau yr hoffech eu gofyn i'ch anesthetydd

- Sut alla i wella fy iechyd cyn y llawdriniaeth?
- Pwy fydd yn rhoi'r anesthetig imi?
- Pa fath o anesthetig ydych chi'n ei argymhell?
- Ydych chi wedi defnyddio'r math hwn o anesthetig yn rheolaidd?
- Beth yw risgiau'r math hwn o anesthetig?

- Ydw i'n wynebu unrhyw risgiau arbennig?
- Sut fydda' i'n teimlo wedi'r llawdriniaeth?

Bydd ein hadnoddau Fitter Better Sooner yn rhoi'r wybodaeth sydd ei hangen arnoch i ddod yn fwy heini a bod yn fwy parod ar gyfer eich llawdriniaeth. Cewch ragor o wybodaeth ar ein gwefan: [www.rcoa.ac.uk/fitterbettersooner](http://www.rcoa.ac.uk/fitterbettersooner)

## Paratoi ar gyfer y llawdriniaeth

Mae llawer y gallwch ei wneud i baratoi'ch hun ar gyfer eich llawdriniaeth a'r cyfnod adfer os ydych chi'n cael llawdriniaeth wedi'i chynllunio.

- Os ydych chi'n ysmegu, bydd rhoi'r gorau iddi am nifer o wythnosau cyn y llawdriniaeth yn lleihau'r risg o gael problemau anadlu yn ystod yr anesthetig ac ar ôl y llawdriniaeth.
- Os ydych chi'n ordew, bydd colli pwysau yn lleihau llawer o risgiau sy'n ymwneud â chael anesthetig ac yn gwella'ch adferiad.
- Os oes gennych ddannedd neu goronau rhydd, gallai triniaeth gan eich deintydd lleihau'r risg o ddifrod i'ch dannedd yn ystod yr anesthetig.
- Os oes gennych broblem feddygol hirdymor, megis diabetes, asthma neu froncitis, problemau thyroid, problemau'r galon neu bwysedd gwaed uchel, cysylltwch â meddygfa'ch Meddyg Teulu i wirio a yw'r rhain wedi eu rheoli cystal â phosibl cyn eich llawdriniaeth.
- Gall cynyddu eich gweithgaredd yn yr wythnosau cyn llawdriniaeth wella gweithrediad eich calon a'ch lefelau ffitrwydd. Mae astudiaethau wedi dangos y gall hyn wneud gwahaniaeth mawr i'ch adferiad ar ôl llawdriniaeth. Os yw'ch cymalau'n boenus efallai y bydd nofio yn gymorth ichi.
- Gwnewch yn siŵr fod gennych ddigon o feddyginiaethau ar gyfer eich arhosiad yn yr ysbyty, yn ogystal â batris cymorth clyw. Dewch â chylchgronau, posau neu gerddoriaeth gyda chlustffonau i'ch helpu i ymlacio cyn ac ar ôl eich llawdriniaeth.
- Y peth gorau yw cynllunio'n gynnar ar gyfer pan fyddwch yn gwella gartref wedi'r llawdriniaeth, a rhoi gwybod i'ch ffrindiau a'ch teulu sut y gallant eich helpu orau. Meddyliwch am beth fyddwch chi'n ei fwyta ac am unrhyw offer ychwanegol neu newidiadau sydd eu hangen gartref i wneud eich adferiad yn haws.

## Opsiynau ar gyfer anesthetig

Gellir rhoi anesthetig ar gyfer gosod eich clun neu'ch pen-glin newydd gyda chyfuniad o anesthetig asgwrn cefn, anesthetig cyffredinol, bloc nerfau a thawelyddiad. Bydd eich anesthetydd yn trafod â chi pa un yw'r opsiwn gorau i chi.

### Anesthetig asgwrn cefn

Defnyddir pigiadau asgwrn cefn yn aml i roi anesthetig ar gyfer gosod clun neu ben-glin newydd. Chwistrelliad o anesthetig lleol yw anesthetig asgwrn cefn. Ar gyfer epidwral, mae'r anesthetydd yn gosod tiwb plastig main (cathetr epidwral) yn y cefn. Mae hyn yn caniatáu defnyddio mwy o anesthetig yn ôl yr angen. Gall

effeithiau epidwral bara llawer hirach nag anesthetig asgwrn cefn a'ch cadw yn y gwely am fwy o amser.

Gweler y daflen *Eich anesthetig asgwrn cefn* sydd ar gael ar ein gwefan:

[www.rcoa.ac.uk/patientinfo/leaflets-video-resources](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/leaflets-video-resources)

Gall yr anesthetydd awgrymu epidwral yn lle anesthetig asgwrn cefn mewn dwy sefyllfa:

- os oes angen penodol arnoch am gyffuriau lleddfu poen sy'n para'n hirach wedi'r llawdriniaeth
- os oes disgwyl i'ch llawdriniaeth bara mwy na dwy i dair awr.

Fodd bynnag, gall epidwral eich cadw yn y gwely am gyfnod hirach. Bydd eich anesthetydd yn trafod â chi os yw'n credu y bydd epidwral o gymorth i chi.

Gweler ein taflen *Lleddfu poen yn epidwral ar ôl llawdriniaeth* sydd ar gael ar ein gwefan: [www.rcoa.ac.uk/patientinfo/leaflets-video-resources](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/leaflets-video-resources)

### **Anesthetig cyffredinol**

Mae anesthetig cyffredinol yn achosi cyflwr o anymwybyddiaeth reoledig lle nad ydych chi'n teimlo dim. Byddwch yn derbyn y canlynol:

- cyffuriau anesthetig (pigiad a/neu nwy i'w anadlu)
- ocsigen i'w anadlu
- weithiau hefyd, cyffur i ymlacio'ch cyhyrau.

Bydd angen tiwb anadlu yn eich gwddf tra'ch bod dan anesthetig, i sicrhau bod ocsigen a nwyon anesthetig yn gallu cyrraedd eich ysgyfaint. Os byddwch wedi cael cyffuriau sy'n ymlacio'ch cyhyrau, ni fyddwch yn gallu anadlu dros eich hun a bydd peiriant anadlu (gwyntiedydd) yn cael ei ddefnyddio. Byddwch yn anymwybodol yn ystod hyn i gyd.

Pan ddaw'r llawdriniaeth i ben, bydd yr anesthetig yn cael ei atal a byddwch yn adennill ymwybyddiaeth.

### **Anfanteision**

Nid yw anesthetig cyffredinol ar ei ben ei hun yn lleddfu poen ar ôl y llawdriniaeth.

Efallai y bydd angen poen laddwyr cryf, sy'n gwneud i rai pobl deimlo'n sâl, yn gysglyd neu'n goslyd. Os ydynt yn cael eu defnyddio am ychydig dyddiau maent yn gallu achosi rhwymedd.

Er mwyn rheoli poen ar ôl y llawdriniaeth, gellir cynnig bloc nerfau (pigiadau anesthetig lleol o amgylch nerf), trwythiad clwyf (pigiadau anesthetig lleol o amgylch y clwyf) neu, yn fwy anaml, anesthetig asgwrn cefn gydag anesthetig cyffredinol.

I gael gwybodaeth fanylach am eich anesthetig darllenwch ein taflen *Egluro anesthesia* sydd ar gael ar ein gwefan:

[www.rcoa.ac.uk/patientinfo/anaesthesia-explained](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/anaesthesia-explained)

## Bloc nerfau

Mae hwn yn bigiad anesthetig lleol yn agos at y nerfau sy'n mynd i'ch coes. Mae gwahanol fathau o flociau nerfau - efallai y bydd eich anesthetydd yn defnyddio peiriant uwchsain i ddod o hyd i'r nerf cywir. Dylai rhan o'ch coes fod yn ddideimlad ac yn rhydd o boen am rai oriau wedyn. Yn dibynnu ar y math o floc nerf, efallai na fyddwch yn gallu symud eich coes yn iawn yn ystod yr amser hwn.

Nid yw'n bosib gwneud y llawdriniaeth gyda bloc nerfau yn unig. Bydd angen i chi gael anesthetig asgwrn cefn neu anesthetig cyffredinol hefyd.

## Manteision

Dylai bloc nerfau leddfu poen am rai oriau a bydd yn lleihau'r angen am gyffuriau cryf i ladd poen. Bydd hyn yn helpu gyda gwell adferiad ac i ailgychwyn bwyta ac yfed yn gynt.

## Anfanteision

Er bod eich poen yn cael ei reoli'n well, gall y bloc nerfau atal eich coes rhag symud yn llawn a gall ymestyn yr amser mae'n ei gymryd i chi fedru cerdded.

## Trwythiad clwyf

Mae hyn yn bigiad anesthetig lleol, ac weithiau meddyginiaeth arall i leddfu poen, sy'n cael ei roi o amgylch y cymal sy'n cael ei drin. Mae'n cael ei roi gan y llawfeddyg yn ystod y llawdriniaeth. Gellir ei roi yn ogystal ag anesthetig asgwrn cefn neu gyffredinol i'ch gwneud yn fwy cyfforddus ar ôl y llawdriniaeth. Weithiau mae tiwb plastig bach yn cael ei adael yn y cymal er mwyn gallu ychwanegu at yr anesthetig.

## Manteision

Mae'n lleddfu poen yn fwy effeithiol, heb amharu ar gryfder cyhyrau'r goes. Mae effaith y cyffuriau lleddfu poen yn amrywio, ond efallai y byddwch yn gallu codi'n gynt na phetai chi'n cael bloc nerfau.

## Tawelyddu

Defnyddir tawelydd yn aml gydag anesthetig asgwrn cefn i wneud ichi ymlacio a theimlo'n gysglyd yn ystod y llawdriniaeth.

- Yn aml gellir teilwra tawelydd i'r hyn sydd orau gennych chi (sef tawelyddu ysgafn, cymedrol neu ddwfn).
- Mae pobl sy'n derbyn tawelydd yn aml â rhyw atgof o fod yn effro yn yr ystafell lawdriniaeth.

Cofiwch drafod tawelyddion â'ch anesthetydd fel ei fod yn gwybod beth sydd orau gennych chi.

Gallwch ddarllen mwy am dawelyddion yn y daflen *Sedation explained* sydd ar gael ar ein gwefan: [www.rcoa.ac.uk/patientinfo/sedation](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/sedation)

# Ar ddiwrnod eich llawdriniaeth

Dylai'r ysbyty roi cyfarwyddiadau clir i chi ynghylch rhoi'r gorau i fwyta ac yfed. Mae'r cyfarwyddiadau hyn yn bwysig. Os bydd bwyd neu hylif yn eich stumog yn ystod eich anesthetig, gallai godi i'ch gwddf a'ch ysgyfaint. Gall hyn beryglu eich bywyd.

Os oes gennych **ddiabetes** gofynnwch i'ch ysbyty **pryd i fwyta ac yfed** a **pha feddyginiaeth ddiabetig** i'w chymryd ar ddiwrnod eich llawdriniaeth.

**Os ydych chi'n ysmegu**, ni ddylech ysmegu ar ddiwrnod eich llawdriniaeth. Ni ddylech ysmegu e-sigaréts chwaith.

**Os ydych yn cymryd meddyginiaeth**, bydd angen cyfarwyddiadau penodol gan y fîm asesu cyn llawdriniaeth o ran pa dabledi i'w cymryd ar y diwrnod. Cewch gael llymaid o ddŵr i gymryd unrhyw dabledi yn ôl yr angen.

**Os ydych chi'n cymryd unrhyw gyffuriau 'teneuo gwaed'** fel warfarin, clopidogrel neu rivaroxaban, bydd angen i chi drafod â'ch meddyg ymgynghorol pryd i roi'r gorau i'w cymryd. Fodd bynnag, gall risgiau fodoli os byddwch yn rhoi'r gorau i gymryd y meddyginiaethau hyn ac efallai y cewch chi bresgripsiwn am feddyginiaeth wahanol yn lle.

Os byddwch chi'n teimlo'n sâl ar ddiwrnod eich derbyn i'r ysbyty, ffoniwch y ward i gael cyngor.

## Cyfarfod eich anesthetydd

Bydd eich anesthetydd yn eich cyfarfod cyn y llawdriniaeth. Os nad ydych wedi ei gyfarfod o'r blaen bydd yn trafod â chi'r dewisiadau anesthetig sy'n addas i chi.

Efallai y byddwch hefyd yn cyfarfod Cymdeithion Anesthesia sy'n weithwyr gofal iechyd proffesiynol wedi'u hyfforddi i safon uchel. Gallwch ddarllen mwy am eu rôl ac am y fîm anesthesia ar ein gwefan:

[www.rcoa.ac.uk/patientinfo/anaesthesia-team](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/anaesthesia-team)

## Cael rhagfoddion ('pre-med')

Dyma'r enw am gyffuriau a ellir eu rhoi cyn anesthetig. Gall y rhain gynnwys cyffuriau i atal salwch, i leihau asid yn y stumog, i gychwyn y broses lleddfu poen neu i'ch helpu i ymlacio.

## Pan fyddwch yn cael eich galw am eich llawdriniaeth

- Bydd aelod o staff yn mynd gyda chi i'r ystafell lawdriniaeth.
- Fel rheol cewch wisgo'ch sbectol, cymhorthion clyw a dannedd gosod nes eich bod yn yr ystafell lle y byddwch yn cael yr anesthetig. Efallai y cewch ddal i'w gwisgo os nad ydych yn cael anesthetig cyffredinol.

- Os ydych chi'n cael anesthetig lleol neu ranbarthol, efallai y cewch fynd â'ch dyfais electronig a chlustffonau eich hun gyda chi, i wrando ar gerddoriaeth (holwch eich nyrs ymlaen llaw).
- Gallwch gerdded i'r theatr, yng nghwmni aelod o staff, neu gallwch fynd mewn cadair olwyn neu ar wely neu droli. Os fyddwch chi'n cerdded, cewch wisgo'ch gŵn llofft a'ch sliperi eich hun.

Gwneir **gwiriadau arferol** pan fyddwch yn cyrraedd yr adran lawdriniaeth, cyn cychwyn yr anesthetig. Gofynnir i chi gadarnhau eich enw, eich dyddiad geni, pa lawdriniaeth rydych chi'n ei chael, p'un ai ar yr ochr chwith neu'r ochr dde (os yw'n berthnasol), pryd wnaethoch chi fwyta neu yfed ddiwethaf ac a oes gennych chi unrhyw alergeddau. Mae'r gwiriadau hyn yn arferol ymhob ysbyty.

## Cychwyn yr anesthetig

Gall eich anesthetig gychwyn yn yr ystafell anesthetig neu yn yr ystafell lawdriniaeth. Bydd eich anesthetydd yn gweithio gyda chynorthwydd hyfforddedig. Bydd yr anesthetydd neu'r cynorthwydd yn cysylltu gwifrau wrth beiriannau i fesur curiad eich calon, eich pwysedd gwaed a'ch lefelau ocsigen (a rhai ychwanegol hefyd weithiau).

Defnyddir nodwydd i osod tiwb main o blastig meddal (caniwla) mewn gwythien yng nghefn eich llaw neu yn eich braich.

## Yn ystod y llawdriniaeth

Bydd anesthetydd (neu ymarferydd anesthesia cymwys sy'n gweithio dan ei oruchwyliaeth) yn aros gyda chi trwy gydol y llawdriniaeth a bydd yn monitro'ch cyflwr yn agos iawn, gan addasu'r anesthetig yn ôl yr angen. Os ydych chi'n effro neu'n cael tawelydd, bydd yr anesthetydd yn gallu siarad â chi i'ch cysuro a'ch helpu i ymlacio.

## Trallwysu gwaed

Yn ystod neu ar ôl rhai llawdriniaethau, gallwch golli cryn dipyn o waed.

Os oes angen, gellir trallwysu gwaed i gymryd lle'r gwaed rydych wedi'i golli.

Gofynnwch i'ch llawfeddyg neu anesthetydd os hoffech wybod mwy am drallwysu gwaed ac unrhyw ddewisiadau eraill a allai fod ar gael. Gallwch hefyd ddod o hyd i ragor o wybodaeth ar wefan y GIG:

[www.nhs.uk/conditions/blood-transfusion](http://www.nhs.uk/conditions/blood-transfusion)

## Ar ôl y llawdriniaeth

- Byddwch yn cael eich cludo i'r ystafell adfer, sy'n agos at yr ystafell lawdriniaeth.
- Byddwch yn derbyn gofal personol gan weithiwr gofal iechyd yn yr ystafell adfer. Bydd cleifion eraill yn yr un ystafell. Bydd cyfradd curiad eich calon, eich pwysedd gwaed a lefelau ocsigen yn cael eu monitro'n ofalus. Fel arfer rhoddir ocsigen i chi trwy fasg wyneb o blastig ysgafn. Efallai y bydd gennych ddiferwr (bag o hylif di-haint ynghlwm wrth eich caniwla, sy'n sicrhau eich bod wedi'ch hydradu'n dda).



- Os bydd gennych boen neu salwch, bydd yn cael ei drin yn brydlon.
- Efallai y cynigir rhywbeth i chi ei yfed.
- Pan fydd staff yr ystafell adfer yn fodlon eich bod wedi gwella'n ddiogel o'ch anesthetig cewch eich cludo yn ôl i'r ward.

## Lleddfu poen

Mae'r anesthetig ar gyfer gosod clun neu ben-glin newydd fel arfer yn canolbwyntio ar leihau poen ar ôl eich llawdriniaeth, ond mae poen yn rhan arferol o'r broses adfer. Pwrpas cyffuriau lleddfu poen ar ôl eich llawdriniaeth yw gwneud y boen yn oddefadwy a'ch galluogi i godi a dechrau defnyddio'ch cymal newydd. Nid yw'n bosib dileu poen yn gyfan gwbl ac mae rhyw lefel o boen i'w disgwyl.

Dyma rai dulliau lleddfu poen:

### **Pils, tabledi neu hylifau i'w llyncu**

Dyma'r dull a ddefnyddir amlaf i leddfu poen ar ôl cael clun neu ben-glin newydd.

### **Tawddgyffuriau**

Mae'r peledi cwyradd hyn yn cael eu rhoi yn eich rectwm (pen ôl). Maent yn cael eu defnyddio yn achlysurol.

### **Bloc nerfau ac epidwral**

Mae'r rhain yn gallu lleddfu poen yn effeithiol dros gyfnod o oriau neu ddyddiau ar ôl y llawdriniaeth.

### **Trwythiad clwyf**

Gall hyn eich gwneud chi'n gyfforddus am rai oriau ar ôl y llawdriniaeth.

### **Pigiadau**

Mae pigiadau i wythien yn cael effaith gyflym iawn. Mae pigiadau i gyhyr y goes neu'r pen-ôl yn gweithio'n fwy araf. Gellir defnyddio poenladdwyr cryf fel morffin, pethidin neu godin.

Yn achlysurol, mae poen yn arwydd bod rhywbeth o'i le, felly dylech roi gwybod i'ch nyrsys bob tro a gofyn am gyngor a chymorth.

## Sgil-effeithiau, digwyddiadau cyffredin a risgiau

Mae problemau difrifol yn anghyffredin gydag anesthetigion modern. Nid yw'n bosibl dileu risg yn llwyr, ond mae offer, hyfforddiant a chyffuriau modern wedi gwneud anesthesia yn driniaeth llawer mwy diogel yn y blynyddoedd diwethaf. Gweler y taflenni risg unigol sydd ar gael ar ein gwefan:

[www.rcoa.ac.uk/patientinfo/risks/risk-leaflets](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/risks/risk-leaflets)

Mae digwyddiadau cyffredin iawn ar ôl anesthetig yn cynnwys gwddf tost, salwch, syched, crynu a chleisio. Mae colli cof dros dro yn gallu digwydd; mae hyn yn fwy cyffredin ymhlith pobl dros 60 oed.

Mae risgiau prin yn cynnwys niwed i ddannedd a niwed i'r nerfau. Amcangyfrifir mai 1 o bob 10,000 yw'r risg o adwaith alergaidd difrifol i gyffur.



Mae risg anghyffredin iawn (1 o bob 20,000) o fod yn ymwybodol yn ystod eich anesthetig. Amcangyfrifir mai 1 o bob 100,000 yw'r risg o farw o ganlyniad uniongyrchol i anesthetig ar gyfer pobl sydd fel arall yn iach.

Mae anesthetyddion yn cymryd gofal mawr i leihau'r digwyddiadau a'r risgiau hyn. Bydd eich anesthetydd yn gallu rhoi mwy o wybodaeth i chi am unrhyw un o'r risgiau hyn a'r rhagofalon a gymerir i'w hosgoi.

Mae crynodeb o ddigwyddiadau a risgiau cyffredin sy'n gysylltiedig ag anesthesia ar ein gwefan: [www.rcoa.ac.uk/patientinfo/risks/risk-at-a-glance-infographics](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/risks/risk-at-a-glance-infographics)

Gyda phryderon cynyddol yn ymwneud ag oedran ac iechyd mae mwy o risg o gael clot gwaed yn eich coesau neu'ch ysgyfaint, a risg gynyddol o glefyd y galon a strôc a hyd yn oed marwolaeth tuag adeg llawdriniaeth. Dylech drafod y risgiau hyn â'ch llawfeddyg, anesthetydd neu'r fîm asesu cyn llawdriniaeth.

Rydym ni'n ceisio sicrhau bod yr wybodaeth yn y daflen hon yn gywir ac yn gyfoes, ond ni allem warantu hynny. Nid ydym yn disgwyl i'r wybodaeth gyffredinol hon ateb pob cwestiwn sydd gennych, na delio â phopeth sydd o bwys i chi. Dylech drafod eich penderfyniadau ac unrhyw amheuon sydd gennych chi gyda'ch fîm meddygol, gan ddefnyddio'r daflen hon fel canllaw. Ni ddylid ystyried y daflen hon, ar ei phen ei hun, yn gyngor. Ni ellir defnyddio'r daflen hon at unrhyw bwrpas masnachol nac unrhyw bwrpas busnes. I weld yr ymwadiad llawn, cliciwch yma ([www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/welsh](http://www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/welsh)).

Mae pob cyfieithiad yn cael ei darparu gan gymuned cyfieithwyr Translators Without Borders. Mae ansawdd y cyfieithiadau yn cael ei gwirio er mwyn sicrhau bod y cyfieithiadau mor gywir ag sy'n bosib, ond mae yna risg o anghywirdebau a chamddehongli peth gwybodaeth.

## Rhowch eich barn

Rydym yn croesawu awgrymiadau ar gyfer gwella'r daflen hon.

Os hoffech chi wneud unrhyw sylwadau, e-bostiwch:

[patientinformation@rcoa.ac.uk](mailto:patientinformation@rcoa.ac.uk)

### **Royal College of Anaesthetists (Coleg Brenhinol yr Anesthetyddion)**

Churchill House, 35 Red Lion Square, London WC1R 4SG

020 7092 1500

**[www.rcoa.ac.uk](http://www.rcoa.ac.uk)**

### **Pumed Argraffiad, Chwefror 2020**

Bydd y daflen hon yn cael ei hadolygu o fewn tair blynedd o'r dyddiad cyhoeddi

© 2020 Royal College of Anaesthetists

Caniateir copïo'r daflen hon at ddibenion cynhyrchu deunyddiau gwybodaeth i gleifion. Dyfynnwch y ffynhonnell wreiddiol hon. Os ydych am ddefnyddio rhan o'r daflen hon mewn cyhoeddiad arall, rhaid rhoi cydnabyddiaeth addas a thynnu'r logos, y brandio a'r delweddau. Am ragor o wybodaeth, cysylltwch â ni.