



# Anesthesia lleol ar gyfer llawdriniaeth ar eich llygaid

Mae'r daflen hon yn egluro beth i'w ddisgwyl pan fyddwch chi'n cael llawdriniaeth ar eich llygaid o dan anesthetig lleol. Mae wedi cael ei hysgrifennu ar y cyd gan gleifion, cynrychiolwyr cleifion ac anesthetyddion.

## Anesthetig lleol ar gyfer llawdriniaeth ar y llygaid

Mae anesthetig lleol yn feddyginiaeth sy'n eich rhwystro rhag teimlo poen. Ar gyfer llawdriniaeth ar y llygaid, gellir ei roi fel **diferion llygaid** a/neu **bigiadau**. Ar ôl i chi gael yr anesthetig lleol, byddwch yn dal yn effro ac yn ymwybodol o beth sy'n digwydd. Y nod yw nad ydych chi'n teimlo unrhyw boen yn ystod y llawdriniaeth.

### Beth yw manteision anesthetig lleol?

Mae anesthetig lleol fel arfer yn gweithio'n dda iawn i'ch rhwystro rhag teimlo poen yn ystod llawdriniaeth ar y llygaid. Yn ogystal:

- mae'n lleddfu'r poen am nifer o oriau ar ôl eich llawdriniaeth
- mae ganddo fel arfer lai o risgiau a sgil-efeithiau nag anesthetig cyffredinol, yn enwedig os ydych chi mewn oed
- mae'n galluogi adferiad cyflymach yn dilyn llawdriniaeth, felly cewch fynd adref ar yr un diwrnod fel arfer
- mae'n caniatáu ichi barhau i gymryd y rhan fwyaf o'ch meddyginiaethau arferol
- mae'n caniatáu ichi fwyta ac yfed yn fwy rhydd na gydag anesthetig cyffredinol - bydd staff yr ysbyty yn rhoi cyngor i chi ynglŷn â hyn.

### Byddai'n well gen i gael anesthetig cyffredinol; ydw i'n cael dewis?

- Ydych. Ni fydd unrhyw beth yn digwydd nes eich bod chi'n deall ac yn cytuno â beth sydd wedi'i gynllunio ar eich cyfer.

- Os yw'n well gennych gael anesthetig cyffredinol, dylech drafod hyn â'ch anesthetydd neu lawfeddyg cyn gynted â phosibl. Efallai bod rheswm meddygol pam na fyddai anesthetig cyffredinol yn briodol. Efallai y byddai'n rhaid ichi aros yn hirach am eich llawdriniaeth, oherwydd gall rhestrau aros am lawdriniaeth o dan anesthetig cyffredinol fod yn hirach. Efallai nad yw rhai ysbytai yn gallu darparu llawdriniaethau o dan anesthetig cyffredinol.

### **Sut mae'r anesthetig lleol yn cael ei roi?**

Mae dau fath o anesthetig lleol:

- gellir cynnal rhai llawdriniaethau gyda diferion llygaid sy'n fferru'r llygad. Nid oes angen pigiadau. Bydd eich llawfeddyg yn gallu dweud wrthy ch a yw hyn yn bosibl ar gyfer y math o lawdriniaeth yr ydych yn ei chael
- mae angen pigiad anesthetig lleol ar gyfer llawer o lawdriniaethau. Mae hyn yn cynnwys llawdriniaethau lle mae'n rhaid cadw'r llygad yn llonydd iawn - er enghraifft llawdriniaeth ar y retina. Rhoddir diferion yn gyntaf, i fferru wyneb y llygad. Yna rhoddir pigiad yn agos at y llygad (ond nid i mewn i belen y llygad ei hun).

### **Ydy'r pigiad anesthetig lleol yn boenus?**

Mae hyn yn amrywio o berson i berson. Defnyddir diferion llygaid sy'n fferru wyneb y llygad yn gyntaf i'w gwneud mor gyfforddus â phosibl. Defnyddir nodwydd fain iawn ac efallai y bydd teimlad o bigo neu bwysau, sydd fel arfer yn para llai na munud.

### **Ydy pawb yn gallu cael anesthetig lleol ar gyfer llawdriniaeth ar y llygaid?**

Na. Er mwyn cael eich llawdriniaeth yn ddiogel o dan anesthetig lleol, bydd angen i chi allu:

- gorwedd yn weddol wastad ac yn llonydd am 45-60 munud
- dilyn cyfarwyddiadau syml.

Nid yw anesthetig lleol fel arfer yn cael ei argymhell os:

- oes gennych alergedd i gyffuriau anesthetig lleol
- nad ydych chi'n gallu gorwedd yn weddol wastad
- ydych chi'n ei chael hi'n anodd neu'n amhosibl cadw'n llonydd, ee clefyd Parkinson
- ydych chi'n ei chael hi'n anodd cofio beth sy'n digwydd, ee dementia cymedrol
- oes gennych beswch na allwch ei reoli
- oes gennych anawsterau clyw difrifol
- byddwch yn cael anhawster deall beth sy'n cael ei ddweud
- oes gennych glawstroffobia difrifol.

Os bydd unrhyw un o'r rhain yn berthnasol i chi, bydd eich llawfeddyg yn trafod yr opsiynau â'ch anesthetydd, ond bydd anesthetig cyffredinol yn cael ei ystyried.

### **Pwy sy'n rhoi'r anesthetig lleol?**

Mae anesthetyddion a llawfeddygon llygaid wedi'u hyfforddi i roi anesthetig lleol.

## A oes unrhyw gymhlethdodau yn gysylltiedig ag anesthetig lleol?

Anesthetig lleol ar gyfer llawdriniaeth ar y llygaid yw'r opsiwn mwyaf diogel i lawer o bobl. Weithiau mae'n bosibl y byddwch chi'n cael cleisiau neu lygad ddu, gan fod y pigiad yn niweidio pibell waed fach o amgylch y llygad. Nid yw hyn fel arfer yn ddifrifol ond gall edrych yn hyll am ryw wythnos. Mae'n fwy cyffredin os ydych chi'n cymryd aspirin neu gyffuriau eraill sy'n teneuo'r gwaed.

Yn anaml, gall gwaedu ar ôl y pigiad achosi problemau o amgylch y llygad. Efallai y bydd eich llawfeddyg yn penderfynu y bydd yn rhaid gohirio'r llawdriniaeth tan ddiwrnod arall.

### Cymhlethdodau difrifol

Mae difrod sylweddol i'ch llygaid sy'n effeithio ar y golwg, y pibellau gwaed neu gyhyrau'r llygaid yn risg mewn tua 1 o bob 5,000 neu lai o achosion (felly dim ond 1 o bob 5,000 o gleifion sy'n cael triniaeth sy'n cael eu heffeithio). Yn anaml, gall fod effeithiau difrifol ar eich calon neu'ch anadlu. Bydd eich anesthetydd a'ch llawfeddyg llygaid yn gallu rhoi mwy o wybodaeth am y cymhlethdodau hyn.

## Cyn y llawdriniaeth

Mae yna lawer y gallwch chi ei wneud i baratoi ar gyfer eich llawdriniaeth a'r cyfnod gwella os ydych chi'n cael llawdriniaeth wedi'i chynllunio.

- Y peth gorau yw cynllunio'n gynnar ar gyfer pan fyddwch yn gwella gartref wedyn, a rhoi gwybod i'ch ffrindiau a'ch teulu sut orau i'ch helpu. Meddyliwch am beth fyddwch chi'n ei fwyta ac am unrhyw newidiadau sydd eu hangen yn y cartref i wneud eich gwellhad yn haws.
- Os byddwch wedi cael anesthetig cyffredinol neu dawelydd ac yn mynd adref ar yr un diwrnod, bydd angen i chi drefnu bod oedolyn cyfrifol ar gael i fynd â chi adref mewn car neu dacsï ac aros gyda chi am hyd at 24 awr. Mae gwybodaeth i'r rhai sy'n gofalu am rywun sydd newydd gael anesthetig cyffredinol neu dawelydd ar gael yn ein taflen *Gofalu am rywun sydd wedi cael anesthetig cyffredinol neu dawelydd*: [www.rcoa.ac.uk/patientinfo/sedation](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/sedation)
- I gael gwybodaeth am baratoi ar gyfer llawdriniaeth cataract, gweler ein taflen *Paratoi ar gyfer llawdriniaeth cataract* sydd ar gael ar ein gwefan: [www.rcoa.ac.uk/patientinfo/cataract](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/cataract)

### Y clinig asesu cyn llawdriniaeth

Ar ôl trefnu dyddiad y llawdriniaeth, mae angen asesiad iechyd. Efallai y bydd holiadur byr am eich iechyd yn cael ei anfon atoch chi neu efallai y bydd gofyn ichi fynd i glinig asesu cyn llawdriniaeth. Nyrsys sydd fel arfer yn rhedeg y clinig asesu cyn llawdriniaeth, gyda meddyg ar gael i roi cyngor.

Byddant yn gofyn cwestiynau manwl ichi am eich iechyd cyffredinol, meddyginiaethau, alergeddau a'ch lefelau gweithgaredd. Os bydd angen unrhyw brofion arnoch, byddant yn cael eu trefnu yn y clinig hwn.

Bydd y nyrsys hefyd yn holi ynghylch eich sefyllfa gartref i sicrhau y bydd gennych ddigon o gefnogaeth ar ôl y llawdriniaeth. Mae'n bwysig cynllunio sut y byddwch chi'n ymdopi gartref ar ôl y llawdriniaeth ac ystyried a oes rhywun yn gallu aros gyda chi i ofalu amdanoch ac i helpu gyda'ch diferion llygaid. Os yw'r golwg yn wael yn eich llygad arall mae hyn yn arbennig o bwysig. Yn ogystal, efallai yr hoffech chi symud dodrefn i'w gwneud hi'n haws i chi ar ôl y llawdriniaeth.

## Eich meddyginiaethau arferol

Bydd staff y clinig asesu cyn llawdriniaeth yn cofnodi'r meddyginiaethau rydych chi'n eu cymryd. Dewch â rhestr neu'r meddyginiaethau eu hunain yn eu blychau gyda chi. Mae hyn yn cynnwys unrhyw feddyginiaethau dros y cownter neu lysieuol rydych chi'n eu cymryd.

Gellir cymryd y rhan fwyaf o feddyginiaethau fel arfer cyn y llawdriniaeth. Fodd bynnag, mae'n rhaid peidio â chymryd rhai meddyginiaethau neu dabledi ar y diwrnod neu ychydig ddyddiau cyn hynny. Byddwch yn cael cyfarwyddiadau ynghylch beth i'w gymryd a beth na ddylech ei gymryd. Mae'r cyfarwyddiadau hyn yn bwysig a rhaid eu dilyn yn ofalus.

Os ydych chi'n cymryd clopidogrel, rivaroxaban, warfarin neu gyffuriau 'teneuo gwaed' eraill efallai y bydd angen cyfarwyddiadau penodol yn eu cylch. Gall rhoi'r gorau i gymryd y cyffuriau hyn beri risg a dylech drafod eich risgiau chi â'ch meddyg ymgynghorol. Efallai na fydd angen i chi roi'r gorau i'r meddyginiaethau hyn ar gyfer llawdriniaeth cataract.

## Ar ddiwrnod y llawdriniaeth

Dylech gael cyfarwyddiadau clir ynghylch rhoi'r gorau i fwyta ac yfed a phryd i wneud hynny.

Oni bai eich bod yn cael cyfarwyddyd gwahanol, dylech gymryd eich meddyginiaethau arferol. Dylech ddilyn unrhyw gyfarwyddiadau a roddir ichi ynghylch bwyta ac yfed cyn eich llawdriniaeth. Cewch gael llymaid o ddŵr i gymryd unrhyw dabledi sydd eu hangen arnoch chi.

Os bydd gennych beswch neu annwyd trwm ar ddiwrnod y llawdriniaeth, dylech ffonio'r ward i gael cyngor. Efallai y bydd angen gohirio'ch llawdriniaeth.

Dewch â'ch holl feddyginiaethau, tabledi ac anadlyddion gyda chi fel bod y meddygon a'r nyrsys yn gallu eu gwirio.

## Cyfarfod eich llawfeddyg

Byddwch yn cael eich gweld gan eich llawfeddyg llygaid (offthalmolegydd). Bydd yn gwirio pa lygad sy'n cael ei thrin ac yn trafod y llawdriniaeth â chi. Gofynnir i chi lofnodi ffurflen gydsynio a bydd y llawfeddyg yn rhoi marc ger y llygad sy'n cael ei thrin.

## Cyfarfod eich anesthetydd

Os bydd anesthetydd yn gweithio gyda'r llawfeddyg llygaid, byddwch yn cyfarfod ag o, a bydd yn gallu ateb unrhyw gwestiynau sydd gennych am yr anesthetig.

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 tîm anesthesia ar ein gwefan: [www.rcoa.ac.uk/patientinfo/anaesthesia-team](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/anaesthesia-team)

## Cwestiynau yr hoffech chi efallai eu gofyn i'ch anesthetydd neu lawfeddyg

- Pwy fydd yn rhoi'r anesthetig i mi?
- Ydych chi wedi defnyddio'r math hwn o anesthetig yn aml?
- Oes raid i mi gael anesthetig lleol?
- Beth yw risgiau'r math hwn o anesthetig?
- Ydw i'n wynebu unrhyw risgiau arbennig?
- Sut fydda i'n teimlo wedyn?

## Alla i gael rhywbeth i fy helpu i ymlacio?

Mae eich anesthetydd a staff eraill yn yr ystafell lawdriniaeth wedi hen arfer â rhoi cysur a helpu pobl i ymlacio. Weithiau gellir defnyddio cyffuriau tawelu. Fodd bynnag, mae'r rhain yn gallu achosi problemau yn ystod y llawdriniaeth os byddwch yn llithro i gysgu ac yna deffro'n sydyn ac yn symud, neu os bydd eich anadlu'n arafu. Trafodwch eich pryderon â'ch anesthetydd neu lawfeddyg. Gallant drafod â chi yr opsiynau sydd ar gael i chi.

Am ragor o wybodaeth am dawelu, gweler ein taflen *Egluro tawelyddu* sydd ar gael ar ein gwefan: [www.rcoa.ac.uk/patientinfo/sedation](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/sedation)

## Beth fydd yn digwydd nesaf?

- Efallai y gofynnir i chi wisgo gŵn ysbyty. Mae rhai ysbytai yn caniatáu i bobl wisgo eu dillad eu hunain. Dylech wisgo dillad cyfforddus sy'n llac o amgylch y gwddf.
- Ar gyfer rhai llawdriniaethau, bydd nyrs ar y ward yn rhoi diferion llygaid i chi i ledu kannwyll eich llygad (ei wneud yn fwy). Bydd eich golwg yn mynd ychydig yn aneglur am gyfnod.
- Mae'n syniad da mynd i'r tŷ bach cyn i chi fynd i'r ystafell lawdriniaeth fel y gallwch orwedd yn llonydd yn gyfforddus.
- Bydd nyrs yn mynd yn gwmni i chi pan fyddwch yn mynd i'r ystafell lawdriniaeth ar droli neu mewn cadair olwyn, neu ar droed, os yw hynny'n well gennych.

Bydd staff yr ystafell lawdriniaeth yn gofyn rhai cwestiynau i chi i gadarnhau pwy ydych chi a pha lawdriniaeth rydych chi'n ei chael. Byddant yn gwirio eto gyda chi pa lygad sy'n cael ei thrin ac yn gwirio'ch ffurflen gydsynio.

## Yn yr ystafell anesthetig

Byddwch yn cael eich gwneud yn gyfforddus ar y troli llawdriniaeth. Yn aml, rhoddir gobennydd o dan eich penliniau i dynnu'r straen oddi ar eich cefn a'ch cluniau.

Efallai y bydd eich anesthetydd yn gosod offer i fonitro:

- **eich calon:** sticeri ar eich brest (electrocardiogram neu ECG)
- **eich pwysedd gwaed:** efallai y bydd cyffen pwysedd gwaed yn cael ei gosod ar eich braich. Bydd hon yn mesur eich pwysedd gwaed bob 5 i 15 munud yn ystod y llawdriniaeth. Gall hyn achosi teimlad tynn yn eich braich
- **lefel yr ocsigen yn eich gwaed:** rhoddir clip ar eich bys (ocsifesurydd pwls).

Efallai y caiff nodwydd ei defnyddio i roi caniwla (tiwb plastig tenau) mewn gwythïen yng nghefn eich llaw neu'ch braich. Bydd hwn yn cael ei gadw yn ei le gyda dresin gludiog. Mae hwn yn caniatáu i'r anesthetydd roi unrhyw gyffuriau fydd eu hangen arnoch chi.

Bydd y fim anesthesia yn ailwirio eich enw, eich dyddiad geni a'r llawdriniaeth rydych chi'n ei chael.

Yna bydd yr anesthetydd neu'r llawfeddyg llygaid yn rhoi'r diferion llygaid a/neu'r pigiadau sy'n fferru'ch llygad.

## Cael yr anesthetig

### A fydd y pigiad anesthetig lleol yn brifo?

Mae hyn yn amrywio o berson i berson. Efallai y byddwch yn teimlo llosgi, pwysau neu boen, sydd fel arfer yn para llai na munud.

### Beth sy'n digwydd ar ôl i'r anesthetig lleol gael ei roi?

Bydd y llygad sy'n cael ei thrin yn cael ei chadw ar gau er mwyn rhwystro unrhyw beth rhag cyffwrdd a niweidio wyneb y llygad. Efallai y bydd staff yn tylino'ch llygad caeedig, yn rhoi pwysau neu'n gosod pwysyn bach arni i helpu taenu'r anesthetig yn wastad.

### Sut fydda i'n gwybod bod yr anesthetig yn gweithio?

Bydd eich anesthetydd neu lawfeddyg llygaid yn gwirio'ch llygad i sicrhau ei bod yn ddideimlad. Efallai y gofynnir ichi edrych i gyfeiriadau gwahanol i asesu effeithiau'r anesthetig. Pan fyddant yn fodlon bod yr anesthetig yn gweithio'n dda, cewch eich tywys i'r ystafell lawdriniaeth.

### Beth sy'n digwydd yn yr ystafell lawdriniaeth?

- Bydd y monitorau calon a phwls yn cael eu hailosod.
- Bydd y nyrs yn gwirio eich bod yn gorwedd yn gyfforddus.
- Bydd y fim llawdriniaeth yn gwirio eich manylion eto ac yn sicrhau bod yr holl offer yn gywir.
- Gall aelod o staff gynnig dal eich llaw trwy gydol y llawdriniaeth.
- Bydd gorchudd llawfeddygol di-haint yn cael ei osod fel pabell dros eich wyneb i gadw'r ardal o amgylch eich llygad yn lân. Bydd twll yn y gorchudd fel y gall y llawfeddyg weithio ar eich llygad.

- Efallai y bydd tiwb yn cael ei osod o dan y gorchudd llawfeddygol i chwythu awyr iach/ocsigen o amgylch eich ceg a'ch trwyn. Mae hyn er mwyn eich helpu i deimlo'n gyffyrddus yn ystod y llawdriniaeth.

Bydd yr ardal o amgylch eich llygad yn cael ei glanhau â hylif oer. Yn ystod y llawdriniaeth, defnyddir dŵr i gadw'ch llygad yn llaith. Cymerir gofal i rwystro'r dŵr hwn rhag diferu i lawr ochr eich wyneb, ond mae hyn weithiau'n anodd ei osgoi.

### **Fydda i'n cael siarad yn ystod y llawdriniaeth?**

**Mae'n well peidio â siarad tra bod y llawfeddyg yn trin eich llygad**, oni bai bod y llawfeddyg yn gofyn cwestiwn i chi. Gallai symud eich wyneb effeithio ar y llawdriniaeth. Os ydych chi eisiau dweud rhywbeth, mae'n well codi'ch llaw fel y gall y llawfeddyg llygaid stopio'r driniaeth i chi gael siarad.

### **Beth fydda i'n ei glywed?**

Yn ystod y driniaeth byddwch yn clywed y llawfeddyg yn siarad â thîm yr ystafell llawdriniaeth. Gall offer yn yr ystafell wneud synau amrywiol. Efallai y bydd monitor y galon yn 'bipian'. Mae gan rai peiriannau lais benywaidd sy'n darllen negeseuon bob hyn a hyn. Mae hyn er mwyn rhoi gwybod i'r llawfeddyg am newidiadau i'r gosodiadau. Os bydd y llawfeddyg eisiau ichi wneud rhywbeth, ee codi'ch gê, bydd yn galw eich enw. Os na chaiff eich enw ei alw, nid oes rhaid ichi ymateb.

### **Fydda i'n gweld unrhyw beth?**

Fel arfer, byddwch yn gallu gweld goleuadau llachar ac efallai y byddwch yn gweld rhai symudiadau yn ystod y llawdriniaeth. Mae hyn yn amrywio o berson i berson. Ni fyddwch yn gallu gweld unrhyw fanylion ac efallai y bydd pethau'n ymddangos yn niwlog.

### **Beth arall fydd yn digwydd?**

Mae'r llawfeddyg yn gweithio gydag offer main sy'n cyrraedd y tu mewn i'ch llygad - ni chaiff eich llygad ei symud o'i safle arferol.

### **Fydda i'n teimlo poen yn ystod y llawdriniaeth?**

Byddwch yn ymwybodol bod y llawfeddyg yn gweithio ac fel arfer byddwch yn teimlo rhywfaint o gyffyrddiad a phwysau. Fodd bynnag, ni ddylech brofi unrhyw boen. **Os byddwch yn teimlo'n anesmwyth neu'n profi poen, dylech roi gwybod i'ch llawfeddyg fel y gall roi rhagor o anesthetig lleol i chi os oes angen.**

### **Beth os fydda i'n blincio?**

Mae clip bach yn cadw amrant y llygad sy'n cael ei thrin ar agor. Mae hynny'n golygu eich bod yn dal i fedru blincio â'ch llygad arall. Cyn belled nad ydych chi'n symud eich pen, mae blincio'n iawn.

### **Beth os fydda i eisiau symud, pesychu, clirio fy ngwddf neu grafu fy nhrwyn?**

Dylech orwedd yn weddol lonydd mewn modd hamddenol. Mae'n rhaid rhybuddio'r llawfeddyg trwy godi'ch llaw cyn unrhyw symudiad sylweddol (gan gynnwys pesychu, crafu neu newid ystum eich corff). Bydd y llawfeddyg yn stopio'r driniaeth fel y gallwch chi symud yn ddiogel.

## **Beth os bydda i'n mynd i gysgu yn ystod y llawdriniaeth?**

Mae'n bwysig eich bod yn aros yn effro yn ystod y llawdriniaeth oherwydd gall symud yn sydyn wrth ddeffro/ddihuno beri niwed i'ch llygad. Bydd y llawfeddyg yn gwirio'n rheolaidd eich bod yn effro ac yn gyfforddus. Bydd hefyd yn eich rhybuddio os bydd angen i chi fod yn arbennig o lonydd ar unrhyw adeg.

## **Mae gen i bledren wan. Beth os bydd angen i mi fynd i'r tŷ bach?**

Mae'n hanfodol eich bod yn gwagio'ch pledren ychydig cyn cael eich cludo i'r ystafell lawdriniaeth. Os byddwch yn teimlo'r awydd i fynd i'r tŷ bach a ddim yn gallu dal, rhowch wybod i dîm yr ystafell lawdriniaeth fydd yn gallu cymryd y camau angenrheidiol i'ch helpu chi.

## **Ydy'n bosibl imi deimlo poen hanner ffordd trwy'r llawdriniaeth?**

Ydych. Mewn rhai triniaethau, gallai'r anesthetig ddechrau gwisgo i ffwrdd. Os byddwch yn teimlo'n anesmwyth neu'n profi poen ar unrhyw adeg, dylech roi gwybod i'r llawfeddyg.

## **Pa mor hir mae'r llawdriniaeth yn para?**

Mae'r rhan fwyaf o driniaethau'n para rhwng hanner awr ac awr. Gall rhai triniaethau gymryd hyd at ddwy awr. Bydd y llawfeddyg yn rhoi amcan i chi o beth fydd hyd y driniaeth.

## **Fyddda i'n cael gwisgo fy nghymorth clyw yn ystod y llawdriniaeth?**

Mae'n arferol tynnu'r cymorth clyw ar yr un ochr â'r llygad sy'n cael ei thrin oherwydd, hyd yn oed gyda gofal, gall dŵr fynd i mewn i'r glust a gall y cymorth clyw gamweithio a dechrau gwneud synau. Cewch wisgo'ch teclyn clyw ar yr ochr sydd ddim yn cael ei thrin.

# **Ar ôl y llawdriniaeth**

Bydd nyrs yn mynd â chi yn ôl i'r ward mewn cadair olwyn. Efallai y bydd eich llygad yn parhau i fod yn ddideimlad am ddwy i dair awr, ac efallai'n hirach.

Efallai y bydd pad dros eich llygad tan y diwrnod canlynol, i'w gwarchod a'ch rhwystro rhag ei rhwbio pan fyddwch chi'n cysgu. Pan fydd y pad llygaid yn cael ei dynnu, efallai y bydd gennych olwg dwbl am ychydig oriau.

## **Pryd fydda i'n cael ddechrau bwyta ac yfed?**

Fe ddylech chi fod yn barod i ddechrau bwyta ac yfed unwaith y byddwch chi ar y ward.

## **Pryd fydda i'n cael mynd adref?**

Byddwch yn cael mynd adref pan fyddwch chi'n teimlo'n iawn ac wedi cael rhywbeth i'w fwyta a'i yfed.

Os ydych wedi cael tawelydd, dylai oedolyn cyfrifol fynd â chi adref mewn car neu dacsî. Ni ddylech warchod plant am 24 awr a dylech ddilyn y cyngor yn y daflen isod.



Mae gwybodaeth i'r rhai sy'n gofalu am rywun sydd newydd gael anesthetig cyffredinol neu dawelydd ar gael yn ein taflen *Gofalu am rywun sydd wedi cael anesthetig cyffredinol neu dawelydd* sydd ar gael ar ein gwefan:

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

Bydd nyrs y ward yn dweud wrthy ch am unrhyw feddyginiaeth y mae'n rhaid i chi ei chymryd ac yn rhoi cyfarwyddiadau ysgrifenedig i chi. Gellir defnyddio diferion llygaid yn dilyn llawdriniaeth, i leihau llid (chwyddo) a helpu i rwystro haint. Os bydd angen i chi ddod yn ôl i'r clinig i gael archwiliad, byddwch yn cael gwybod am hyn.

### **A fydda i mewn poen?**

Efallai y byddwch chi'n teimlo rhywfaint o boen o'r llawdriniaeth pan fydd yr anesthetig yn gwisgo i ffwrdd. Efallai y bydd angen cyffur lladd poen fel paracetamol.

Os byddwch yn profi poen difrifol, cysylltwch â'r rhif a roddir ar eich papurau rhyddhau gan nad yw hyn yn normal a gall fod yn arwydd o broblem.

### **A fydd angen i mi gymryd unrhyw ofal arbennig?**

- Peidiwch â rhwbio'ch llygad.
- Gwarchodwch eich llygaid (yn enwedig mewn tywydd gwyntog) rhag ofn i rywbeth fynd i'ch llygad.
- Peidiwch â chodi pwysau trwm, gwneud ymarfer corff egniol na nofio am gyfnod, yn unol â chyngor y fîm sy'n gofalu amdanoch chi.
- Os bydd eich golwg yn gwaethygu neu os bydd y llygad yn mynd yn boenus iawn, dylech gysylltu â'r ysbyty ar unwaith i gael cyngor.
- Peidiwch â gwisgo lensys cyffwrdd nes eich bod wedi trafod hynny â'ch meddyg.

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 chamddechongli peth gwybodaeth.

## Dywedwch wrthym beth yw 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 ddyddiad ei chyhoeddi.

#### © 2020 Royal College of Anaesthetists (Coleg Brenhinol yr Anesthetyddion)

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.