



# Anesthesia Cyffredinol

Canllaw byr i bobl ifanc 12 oed a hŷn

## Anesthesia cyffredinol

Gydag anesthesia cyffredinol bydd eich anesthetydd yn defnyddio meddyginiaeth (neu weithiau nwy anesthetig) i'ch gwneud chi'n anymwybodol. Mae hyn yn teimlo fel cwsg dwfn ac yn golygu na fyddwch chi'n gweld, clywed na theimlo unrhyw beth yn ystod eich triniaeth.

Mae anesthesia cyffredinol yn hanfodol ar gyfer llawer o driniaethau gan gynnwys llawdriniaethau a rhai profion meddygol.

## Tîm anesthesia

Mae anesthetyddion yn feddygon sydd wedi cael hyfforddiant arbenigol mewn defnyddio cyffuriau anesthetig i gadw pobl yn gyfforddus ac yn ddiogel pan fyddant yn cael llawdriniaeth a/neu brofion.

Byddwch chi a'ch rhiant/gofalwr yn cyfarfod anesthetydd cyn eich triniaeth. Bydd yn holi am eich iechyd ac yn cytuno ar gynllun gyda chi ar gyfer eich anesthetig a dulliau lleddfu poen. Bydd yn hapus i ateb unrhyw gwestiynau fydd gennych.

Bydd aelodau eraill o staff yn cefnogi'r anesthetydd gan gynnwys Cymdeithion Anesthesia, ymarferwyr yr adran llawdriniaeth (sydd weithiau'n cael eu galw'n ODPs) a nyrsys theatr.

## Cydsyniad

Bydd yr anesthetydd yn gweithio gyda chi a'ch rhiant/gofalwr i gytuno ar gynllun ar gyfer eich gofal. Ni fydd unrhyw beth yn digwydd i chi nes bydd y cynllun wedi cael ei drafod a'i gytuno. Bydd croeso i chi ofyn cymaint o gwestiynau ag y dymunwch fel eich bod yn deall popeth sy'n digwydd ac yn 'cydsynio' (cytuno) i'r cynllun. Os ydych chi'n hŷn byddwch yn gallu chwarae mwy o ran wrth wneud penderfyniadau gan fod eich dealltwriaeth yn debygol o fod yn ddyfnach.

Byddwch chi neu'ch rhiant/gofalwr yn llofnodi ffurflen ganiatâd unwaith y byddwch yn hapus â'r gofal anesthetig arfaethedig. Gallwch ddarllen mwy am gydsynio yn ein canllaw ar-lein i bobl ifanc ([www.rcoa.ac.uk/childrensinfo](http://www.rcoa.ac.uk/childrensinfo)).

## Paratoi ar gyfer eich anesthetig

### Eich iechyd

- Mae angen i chi fod mor iach â phosibl cyn cael anesthetig. Bydd gwneud newidiadau iach i'ch ffordd o fyw cyn cael anesthetig yn eich helpu i wella'n gyflymach.
- Os yn bosibl, yn ystod y chwe wythnos cyn eich llawdriniaeth ceisiwch osgoi anadlu mwg sigarêts pobl eraill a pheidiwch ag ysmegu eich hun. Ystyriwch, efallai, gofyn bod unrhyw un sy'n byw gyda chi ac sy'n ysmegu yn gwneud hynny y tu allan yn ystod y cyfnod hwn.
- Cyngorir plant a phobl ifanc i beidio ag yfed alcohol cyn eu bod yn 18 oed. Gall defnyddio alcohol a chyffuriau hamdden yn ystod eich ardddegau arwain at ystod eang o broblemau iechyd a chymdeithasol. Darllenwch fwy ar wefan y GIG (<http://bit.ly/3mo2QP0>).
- Os oes gennych unrhyw broblemau meddygol hirdymor sydd ddim yn cael eu rheoli'n dda, dylech chi neu'ch rhiant/gofalwr gysylltu â'ch meddyg teulu neu arbenigwr cyn dyddiad eich llawdriniaeth i roi gwybod y byddwch yn cael anesthetig yn fuan. Gallwch wedyn siarad â nhw am y camau sydd angen i chi a'ch anesthetydd eu cymryd er mwyn i chi fod mor ddiogel â phosibl yn ystod eich amser yn yr ysbyty.
- Dewch â'r meddyginiaethau rydych yn eu cymryd yn rheolaidd gyda chi i'r ysbyty.
- Er eich diogelwch chi, bydd angen i'ch anesthetydd wybod os ydych chi'n cymryd y bilsen atal cenhedlu neu wedi defnyddio unrhyw gyffuriau hamdden.
- Os yn bosibl, dewch o hyd i wybodaeth am unrhyw alergeddau neu unrhyw aelodau o'r teulu sydd wedi cael adwaith i anesthetig, er mwyn i chi allu dweud wrth eich anesthetydd.
- Mae'n arferol i bob merch dros 12 oed gael prawf beichiogrwydd, drwy gymryd sampl wrin. I gael gwybod pam fod hyn yn digwydd, darllenwch y daflen hon (<http://bit.ly/31Qncab>). Rydym yn gwybod y gallai hyn achosi embaras, ond mae'r staff wedi arfer gwneud y profion hyn mewn ffordd mor ystyriol â phosibl.
- Pan fydd yr anesthetydd yn gofyn cwestiynau i chi am ysmegu, yfed a chymryd cyffuriau, byddwch yn onest wrth ateb. Rydym yn gwybod y gallai trafod y materion hyn fod yn lletchwith, felly os byddai'n well gennych chi i'ch rhiant/gofalwr beidio â bod yn bresennol, gallwch ofyn am gael siarad â'r anesthetydd ar eich pen eich hun.

- Bydd angen i'ch rhiant/gofalwr wybod digon am y llawdriniaeth ac unrhyw risgiau i allu cydsynio ar gyfer eich llawdriniaeth os nad ydych chi'n ddigon hen i lofnodi eich ffurflen ganiatâd eich hun.
- Cyn i chi ddod i'r ysbyty, os yn bosibl, dewch o hyd i wybodaeth am unrhyw alergeddau neu unrhyw aelodau o'r teulu sydd wedi cael adwaith i anesthetig, er mwyn i chi allu dweud wrth eich anesthetydd.

## **Bwyta ac yfed cyn eich anesthetig**

- Bydd yr ysbyty yn rhoi cyfarwyddiadau manwl i chi ynghylch pryd i roi'r gorau i fwyta ac yfed cyn eich triniaeth.
- Er eich diogelwch chi, mae'n bwysig dilyn y cyfarwyddiadau hyn. Os bydd bwyd neu ormod o hylif yn eich stumog yn ystod eich anesthetig, gallai godi i gefn eich gwddf ac yna mynd i mewn i'ch ysgyfaint. Gall hyn achosi tagu neu niwed difrifol i'ch ysgyfaint. Byddwch fel rheol yn cael eich annog i yfed ychydig o hylif clir (dŵr neu sudd wedi'i deneuo â dŵr, gan amlaf) – mae hyn yn ddiogel tan yn agos at amser eich anesthetig.

## **Dillad**

- Gwisgwch rywbeth llac a chyfforddus sy'n hawdd i'w olchi wedyn.
- Gofynnwch a oes angen i chi ddod â phyjamas, sliperi a/neu gŵn llofft.
- Dewch â rhywbeth i newid iddo ar gyfer mynd adref.
- Efallai y gofynnir i chi wisgo gŵn ysbyty.
- Fel arfer cewch gadw'r rhan fwyaf o'ch dillad isaf amdanoch pan fyddwch chi'n mynd i'r ystafell lawdriniaeth, gan gynnwys bra heb weiren metel, ond holwch eich nyrs. Weithiau bydd angen tynnu dillad isaf yn ystod y llawdriniaeth neu'r prawf.
- Yn achlysurol efallai bydd y llawfeddyg yn eillio rhywfaint o flew'r corff o'r ardal sy'n cael ei thrin, ond fel arfer bydd yn dweud wrthyhch ymlaen llaw os bydd hyn yn digwydd.
- Efallai y gofynnir i chi wisgo sanau elastig hyd pen-glin cyn eich llawdriniaeth. Mae'r rhain yn helpu i gadw'r gwaed yn symud yn dda o amgylch eich coesau i atal clotiau gwaed.

## **Gemwaith a cholur**

- Gadewch unrhyw emwaith, gan gynnwys gemwaith tyllau yn y corff, gartref os yn bosibl. Os nad ydych chi'n gallu tynnu'ch gemwaith, dylai fod yn bosibl ei orchuddio â thâp i atal niwed i'r gemwaith ei hun neu i'ch croen.
- Peidiwch â gwisgo colur a farnais ewinedd. Efallai y bydd angen i staff yr ysbyty dynnu'r rhain er mwyn gallu eich monitro yn ystod y driniaeth.

## **Llenwi'r amser**

- Yn aml mae llawer o amser aros i'w lenwi.
- Dewch â rhywbeth i'ch diddanu (er enghraifft, llyfr, cylchgrawn neu'ch ffôn symudol). Cofiwch eich clustffonau a'ch gwefrwy.
- Peidiwch ag ysmegu na chnoi gwm yn ystod yr amser aros hwn, a dilynwch y canllawiau ar fwyta ac yfed yn ofalus.

## Cael anesthetig

- Bydd eich anesthetydd yn aml yn dechrau eich anesthetig mewn ystafell anesthetig, ystafell drws nesaf i'r ystafell lawdriniaeth. Weithiau bydd hyn ddigwydd yn yr ystafell lle bydd y llawdriniaeth/prawf yn digwydd.
- Bydd eich anesthetydd fel arfer yn dechrau eich anesthetig trwy roi rhywfaint o feddyginiaeth i chi trwy ganiwla (mae rhagor o wybodaeth am hyn isod). Yn achlysurol bydd yn gofyn i chi anadlu nwy sy'n aroglu ychydig fel pinnau ffelt. Weithiau cewch ddewis pa un i'w gael.
- Rhoi'r feddyginiaeth drwy eich caniwla yw'r ffordd gyflymaf i roi anesthetig i chi. Os byddwch chi'n anadlu'r nwy, bydd caniwla'n cael ei osod unwaith y byddwch chi'n anymwybodol, fel y gall yr anesthetydd roi mwy o anesthetig, cyffuriau lladd poen neu feddyginiaethau a hylifau eraill i chi yn ystod eich triniaeth. Gallai'r naill ddull neu'r llall wneud i chi deimlo'n benysgafn (chwil) cyn i chi fynd yn anymwybodol.
- Os dymunwch, efallai y bydd eich rhiant/gofalwr yn gallu aros gyda chi nes eich bod yn anymwybodol. Ar ôl hynny, caiff aros amdanoch mewn ystafell aros neu ar y ward. Fel arall, bydd nyrs yn aros gyda chi tra bod yr anesthetig yn dechrau gweithio.

## Caniwla

- Tiwb main o blastig meddal yw caniwla; mae'n cael ei osod mewn gwythïen, fel arfer ar gefn eich llaw.
- Efallai y cewch gynnig eli anesthetig lleol neu chwistrell oer arbennig ar gyfer cefn eich llaw i leihau unrhyw boen pan fydd y caniwla yn cael ei osod.
- Bydd nodwydd fain yn cael ei defnyddio i osod y caniwla, yna bydd y nodwydd yn cael ei thynnu'n syth.
- Unwaith y bydd y caniwla yn ei le, gellir rhoi meddyginiaeth i chi heb ddefnyddio rhagor o nodwyddau. Weithiau gall hyn achosi ychydig o oerni, pinnau bach neu fymryn o boen.
- Fel arfer caiff eich caniwla ei adael yn ei le ar ôl y llawdriniaeth rhag ofn y bydd angen cyffuriau lleddfu poen, hylifau neu feddyginiaethau eraill arnoch yn ddiweddarach.

## Yn ystod yr anesthetig

- Bydd anesthetydd yn aros gyda chi drwy'r amser.
- Gwaith yr anesthetydd yw eich cadw'n ddiogel a rhoi digon o anesthetig a chyffuriau lleddfu poen i chi i'ch cadw'n anymwybodol nes bydd y llawdriniaeth wedi dod i ben.
- Mae deffro yng nghanol anesthetig yn hynod o anghyffredin, oherwydd mae'r anesthetydd yn eich monitro'n agos iawn (gan gynnwys eich pwysedd gwaed, cyfradd curiad eich calon a'ch anadlu) i sicrhau eich bod yn cael y lefel cywir o anesthetig.

## Deffro/Dihuno wedi'r driniaeth

- Mae'r amser sydd ei angen ar gyfer unrhyw lawdriniaeth/prawf yn amrywio, ond cyn gynted ag y bydd y driniaeth wedi'i chwblhau, bydd yr anesthetydd yn peidio â rhoi'r cyffuriau anesthetig i chi. Bydd hyn yn caniatáu ichi ddeffro/dihuno tua phum munud yn ddiweddarach.
- Mae'n debyg y byddwch chi'n deffro/dihuno yn yr ystafell adfer ond efallai na fyddwch chi'n cofio'r ychydig funudau cyntaf nac yn sylweddoli'n union ble rydych chi. Bydd aelod hyfforddedig o dîm yr ystafell lawdriniaeth, nyrs adfer fel arfer, yn gofalu amdanoch chi.
- Bydd sut y byddwch chi'n teimlo wedyn yn dibynnu ar y math o driniaeth ac anesthetig a gawsoch. Gall rhai pobl fod â dolur gwddf/gwddf tost sych neu gur pen/pen tost, neu deimlo'n grynedig neu ychydig yn sâl. Bydd eich anesthetydd fel arfer yn rhoi meddyginiaeth i chi i'ch rhwystro rhag teimlo neu fod yn sâl. Weithiau fe allech chi deimlo braidd yn oer neu'n grynedig - os felly, cynigir blanced gynnes i chi i'ch cynhesu'n gyflym.

## Trin poen

- Mae'n bwysig rhwystro a thrin poen, ac mae angen mwy o feddyginiaeth lleddf poen ar rai pobl (a rhai mathau o lawdriniaethau) nag eraill.
- Mae'n haws trin poen cyn iddo fynd yn ddrwg, felly dylech ofyn i'ch nyrs adfer neu anesthetydd am help pryd bynnag y byddwch yn dechrau teimlo'n anghyfforddus, yn hytrach nag aros nes iddo waethygu.

## Dychwelyd i'r ward

- Efallai y byddwch chi'n teimlo'n flinedig iawn i ddechrau.
- Os bydd gennych unrhyw broblemau, rhowch wybod i rywun fel y gellir eich helpu. Efallai y bydd yn rhaid i chi wasgu seiniwr neu ofyn i'ch rhiant/gofalwr ddod o hyd i nyrs i chi.
- Bydd pa mor fuan y gallwch chi fwyta ac yfed eto yn dibynnu ar y math o driniaeth a'r cyffuriau lladd poen a gawsoch. Bydd eich nyrs neu anesthetydd yn gallu rhoi cyngor i chi.
- Byddwch yn aros yn yr ysbyty nes ei bod yn ddiogel i chi fynd adref. Ar gyfer llawer o driniaethau cewch fynd adref ar yr un diwrnod os ydych chi fel arfer yn iach ac os yw'r driniaeth yn un syml.

## Risgiau sy'n gysylltiedig ag anesthesia

Mae problemau difrifol ar ôl anesthesia yn hynod o anghyffredin. Mae rhagor o wybodaeth am risgiau anesthesia ar gael ar: [www.rcoa.ac.uk/patientinfo/risks/risk-leaflets](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/risks/risk-leaflets)

## Anesthetig lleol a rhanbarthol

- Weithiau cewch ddewis aros yn effro yn ystod eich llawdriniaeth. Os yw hyn yn bosiblwydd, bydd eich llawfeddyg a/neu anesthetydd yn ei drafod â chi a'ch rhiant/gofalwr. Yn yr achos hynny, gallwch gael pigiadau anesthetig lleol i fferru rhan o'ch corff fel nad ydych chi'n teimlo poen yno.
- Os ydych chi'n meddwl efallai yr hoffech chi aros yn effro, gallech drafod hyn yn eich cyfarfod asesu cyn llawdriniaeth gyda'r anesthetydd neu ddarllen mwy amdano ar: [www.rcoa.ac.uk/childrensinfo](http://www.rcoa.ac.uk/childrensinfo)

## Os hoffech chi ddysgu mwy

- Mae'r taflenni Chi a'ch Anesthetig ac Egluro Anesthesia ar gael ar wefan y Coleg ac efallai eu bod ar gael yn eich ysbyty lleol.
- Mae rhagor o wybodaeth ar gael ar: [www.rcoa.ac.uk/patientinfo/leaflets-video-resources](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/leaflets-video-resources)

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)**

Trydydd Argraffiad, Ebrill 2021

Bydd y daflen hon yn cael ei hadolygu o fewn tair blynedd o ddyddiad ei chyhoeddi.

**© 2021 Royal College of Anaesthetists and Association of Paediatric Anaesthetists of Great Britain and Ireland (Coleg Brenhinol yr Anesthetyddion a Chymdeithas Anesthetyddion Pediatreg Prydain Fawr ac Iwerddon)**

Caniateir copio'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.