



C. diff

Gwybodaeth i gleifion sydd wedi cael gwrthfotigau
ar bresgripsiwn



Iechyd Cyhoeddus Cymru sydd wedi ysgrifennu'r ddogfen hon. Mae'n fersiwn hawdd ei ddeall o 'Clostridioides difficile (C. diff) - gwybodaeth i gleifion sydd wedi cael gwrthfotigau ar bresgripsiwn.'

Sut i ddefnyddio'r ddogfen hon



Mae hwn yn fersiwn hawdd ei ddeall. Mae'r geiriau a'r ystyr yn hawdd eu darllen a'u deall. Efallai y bydd angen cymorth arnoch chi i ddarllen a deall y ddogfen hon.



I gael mwy o wybodaeth ewch i: icc.gig.cymru



This leaflet is also available in English. Mae'r daflen hon ar gael yn Saesneg.



Mae [Hawdd ei Ddeall Cymru](#) wedi gwneud y ddogfen hon yn fersiwn Hawdd ei Ddeall gan ddefnyddio **Ffotosymbolau**. [I roi eich barn am y fersiwn hawdd ei ddeall hwn cliciwch yma.](#)

[Rhif trwydded Ffotosymbolau 403527247.](#)

Cyflwyniad



Rydych chi wedi cael y daflen hon am eich bod chi wedi cael gwrthfotigau ar bresgripsiwn i drin haint.



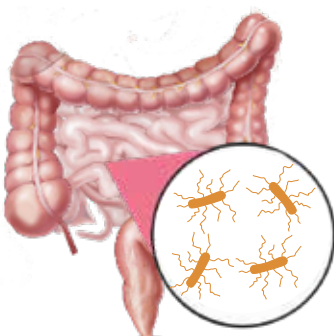
Efallai bod eich haint yn gwneud i chi deimlo'n sâl iawn. Gwrthfotigau yw'r driniaeth orau.



Mae cymryd gwrthfotigau yn gallu achosi sgîl-ffeithiau. Un o'r sgîl-ffeithiau mwyaf cyffredin yw **dolur rhydd** (pŵ rhydd) sy'n cael ei alw yn **ddolur rhydd sy'n gysylltiedig â gwrthfotigau (AAD)**.



Yn gyffredinol, mae **dolur rhydd sy'n gysylltiedig â gwrthfotigau** yn ysgafn ac nid oes angen mwy o driniaethau arno.



Weithiau, mae pobl yn gallu cael math mwy difrifol o ddolur rhydd (pŵ rhydd), sy'n cael ei achosi gan y germ **C. difficile**. Mae hwn yn cael ei alw yn aml yn **C. diff**.



Mae'r daflen hon yn dweud wrthoch chi am haint **C. diff** sy'n gysylltiedig â defnyddio gwrthfotigau.

Arwyddion mwyaf cyffredin **C. diff** yw:



- dolur rhydd dyfrllyd sy'n gallu bod yn waedlyd



- crampiau poenus yn y bol



- teimlo'n gyfogleyd



- arwyddion o **ddadhydradu** fel ceg sych, pen tost/ cur pen a gwneud dŵr yn llai aml nag arfer



- tymheredd uchel (twymyn) uwch na 38C (100.4F)



- diffyg archwaeth (ddim yn teimlo fel bwyta) a cholli pwysau.



Mae **C. diff** yn gallu gwneud pobl yn sâl iawn.



Os ydych chi wedi cymryd gwrthfotigau, efallai y byddwch chi'n cael **C. diff** ddiwrnodau, wythnosau neu hyd yn oed fisoedd ar ôl eu cymryd.



Os oes gennych chi arwyddion o haint **C. diff** dylech chi ofyn am sylw meddygol ar unwaith i gael eich profi a'ch trin cyn gynted â phosibl.



Os ydych chi wedi cael **C. diff** o'r blaen rhaid i chi ddweud wrth eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol. Mae hyn yn gallu effeithio ar eich triniaeth.



Mae gwrthfotigau hefyd yn gallu achosi sgîl-ffeithiau eraill yn ogystal â **C. diff**. Darllenwch y daflen wybodaeth sy'n dod gyda'ch gwrthfotigau.



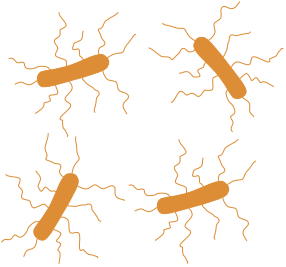
Mae'n bwysig iawn eich bod chi'n cysylltu â gweithiwr gofal iechyd proffesiynol os ydych chi'n datblygu unrhyw sgîl-ffeithiau ar ôl cymryd gwrthfotigau.



Dylech chi ddal i gymryd eich gwrthfotigau oni bai bod gweithiwr gofal iechyd proffesiynol yn dweud wrthoch chi am stopio. Mae stopio cymryd eich gwrthfotigau ar bresgripsiwn heb gyngor meddygol yn gallu gwneud eich haint yn waeth.

Mwy o wybodaeth

Beth yw C. diff?



Mae **C. diff** yn fyr am **Clostridioides difficile**. Mae'n cael ei alw yn aml yn **C. diff** neu **C. difficile**. Math o fyg neu germ yw e.



Mae **C. diff** yn cael ei ddarganfod yn y perfedd mewn nifer fach o bobl iach.



Mae **C. diff** fel arfer yn ddiniwed ond mae'n gallu tyfu ac achosi haint pan fyddwch chi'n cael rhai meddyginiaethau fel gwrthfotigau neu gemotherapi.

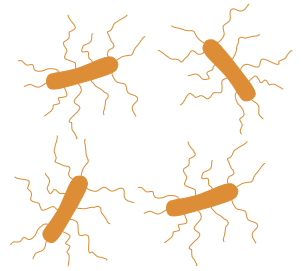


Mae gwrthfotigau yn ddefnyddiol gan eu bod nhw'n lladd germau ond maen nhw'n gallu achosi heintiau **C. diff**. Defnyddio gwrthfotigau yw achos mwyaf cyffredin haint **C. diff**.

Sut mae pobl yn cael haint C. diff?



Mae germau **C. diff** fel arfer yn cael eu llyncu ar ddamwain ar ôl cyffwrdd ag arwynebau (pethau) sydd â **C. diff** arnyn nhw.



Mae **C. diff** i'w gael mewn llawer o leoedd, y tu mewn a'r tu allan i'n cartrefi a'n ysbytai, ac mae'n gallu byw ar wahanol arwynebau am amser hir.



Fel arfer, dydy llyncu **C. diff** ddim yn eich gwneud chi'n sâl, ond mae'n gallu gwneud hynny weithiau.



Golchi eich dwylo â dŵr a sebon yw'r peth pwysicaf y gallwch chi wneud i helpu i leihau'r perygl o ledaenu heintiau. Bydd yn helpu i'ch amddiffyn chi, eich teulu, a phobl eraill.



Golchwch eich dwylo â dŵr a sebon bob amser cyn bwyta / paratoi bwyd, ar ôl defnyddio'r toiled, pan fydd eich dwylo'n mynd yn fudr a phan fyddwch chi'n mynd i mewn i ysbyty neu'n gadael ysbyty.

Rydych chi'n fwy tebygol o gael haint C. diff os ydych chi:



- yn cymryd gwrthfotigau neu wedi cymryd gwrthfotigau yn ddiweddar



- yn yr ysbyty neu mewn cartref gofal, yn enwedig os ydych chi wedi bod yno am amser hir



- dros 65 oed



- yn cael triniaeth ar gyfer canser



- yn cymryd meddyginiaethau i leihau'r asid yn eich stumog



- yn dioddef o gyflwr ar y perfedd



- wedi cael llawdriniaeth ar y stumog neu'r perfedd

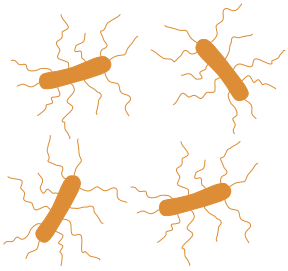


- yn dioddef o salwch neu'n cymryd meddyginiaethau sy'n gwanhau eich system imiwnedd (amddiffyn). Dyma'r system yn eich corff sy'n ymladd heintiau.



Rydych chi hefyd yn gallu cael haint **C. diff** heb unrhyw un o'r ffactorau risg hyn.

Sut mae C. diff yn lledaenu?



Pan fydd **C. diff** gan rywun, bydd hi'n bosib darganfod germau **C. diff** yn eu pŵ. Os yw eu pŵ yn rhydd (dolur rhydd), mae'n fwy tebygol o ledaenu i bobl eraill.



Mae germau yn gallu byw ar groen (fel eich dwylo), ffabrigau (dillad a dillad gwely), toiledau, fframiau gwely ac arwynebau eraill ac yna maen nhw'n lledaenu a heintio pobl eraill.



Heb lanhau'n ofalus, mae'r germau'n byw am amser hir iawn ac yn heintio pobl eraill.



Os oes pŵ rhydd (dolur rhydd) gennych chi mae'n rhaid i chi a'r bobl o'ch cwmpas olchi eich dwylo â dŵr a sebon bob amser a'u sychu'n iawn.



Dydy gel alcohol **ddim yn gweithio** yn erbyn **C. diff**.



Os oes gennych chi gwestiynau neu os ydych chi'n poeni am C. diff, siaradwch â'ch gweithiwr gofal iechyd proffesiynol.