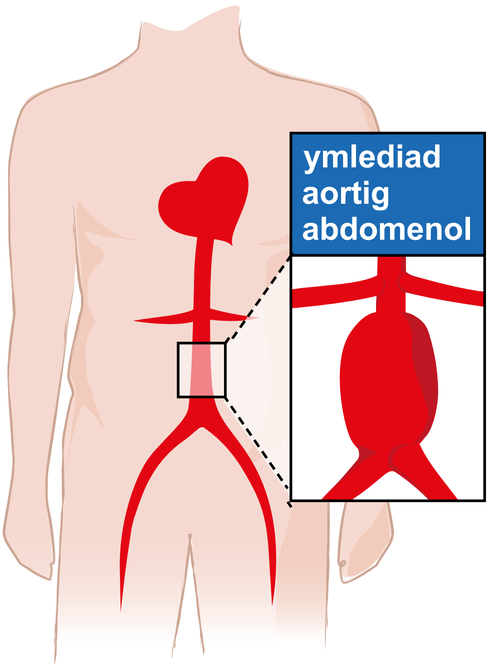
Rhaglen Sgrinio Ymlediadau Aortig Abdomenol Cymru

Wales Abdominal Aortic Aneurysm Screening Programme



Rhaglen Sgrinio Ymlediadau Aortig Abdomenol (YAA)

Eich helpu i benderfynu

icc.gig.cymru/sgrinio-abdomenol

GIG Cymru NHS Wales

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Fersiwm 8 Mai 2024

Rhaglen Sgrinio Ymlediadau Aortig Abdomenol (YAA) – Eich helpu i benderfynu

Mae’r daflen hon ar gael mewn fformatau eraill, er enghraifft fformat Hawdd ei Darllen, print bras neu Braille. Cysylltwch â’ch swyddfa sgrinio leol drwy’r rhif ar eich llythyr gwahoddiad. Mae taflen sain ar gael hefyd – icc.gig.cymru/sgrinio-abdomenol i gael manylion. Gallwch gysylltu â ni yn Gymraeg neu yn Saesneg. Bydd yn cymryd yr un faint o amser i ni eich ateb, pa bynnag iaith a ddewiswch.

Crynodeb o’r prawf sgrinio Ymlediad Aortig Abdomenol (YAA)

Byddwn yn eich gwahodd i gael prawf sgrinio YAA os ydych yn ddyn, sy’n 65 oed, sy’n byw yng Nghymru ac sydd wedi cofrestru fel rhai sy'n byw yng Nghymru.

Mae prawf sgrinio YAA yn golygu cael sgan uwchsain syml i fesur aorta’r abdomen.

Efallai y bydd y sgan ychydig yn anghyfforddus oherwydd y pwysau ar yr abdomen.

Mae’n brawf sgrinio am ddim gyda’r GIG.

Os nad ydych o fewn yr oedran sgrinio a’ch bod yn pryderu bod gennych YAA, neu os ydych yn pryderu am hanes o YAA yn y teulu, trafodwch hyn gyda’ch meddyg.

Fel pob prawf meddygol, nid yw sgrinio YAA yn gwbl gywir bob tro.

Eich dewis chi yw cael y prawf sgrinio YAA neu beidio. Mae’r daflen hon yn rhoi gwybodaeth i chi er mwyn eich helpu i benderfynu.

Pam mae'r GIG yn cynnig prawf sgrinio YAA?

Mae'r GIG yn cynnig prawf sgrinio er mwyn atal bywydau rhag cael eu colli oherwydd ymlediad aortig abdomenol (YAA) yn hollti neu rwygo.

Beth yw YAA?

Yr aorta yw'r brif bibell waed sy'n cludo gwaed i'r corff. Weithiau mae mur wal yr aorta yn yr abdomen yn gallu mynd yn wan ac ymestyn i greu ymlediad. Pan fydd hyn yn digwydd, mae risg y bydd yr aorta yn hollti neu'n rhwygo.

Mae YAA sydd wedi rhwygo yn arwain at golli llawer iawn o waed a bydd angen triniaeth frys ar unwaith.

Ni fydd pob YAA yn rhwygo, ond os bydd hyn yn digwydd, mae bron yn amhosibl cyrraedd yr ysbyty a goroesi ar ôl llawdriniaeth.

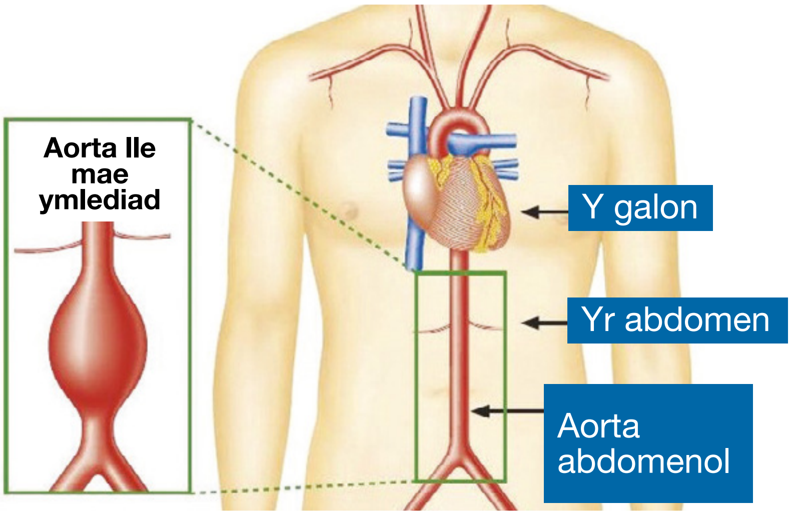


Diagram i ddangos aorta abdomenol ac aorta gydag ymlediad.

Llun drwy garedigrwydd yr NHS Screening Programme (Lloegr)

Pwy sy’n wynebu’r risg fwyaf o gael YAA?

Gall YAA ddigwydd i unrhyw un ond mae’n fwy cyffredin mewn dynion 65 oed a hŷn.

Ffactorua risg eraill

- **Ysmygu**
- **Pwysau gwaed uchel**
- **Colesterol uchel**
- **Hanes o YAA yn y teulu**

Dylai unrhyw un nad yw'n gymwys ar gyfer sgrinio YAA drafod unrhyw bryderon sydd ganddo gyda'i feddyg.

I gael cymorth i roi’r gorau i smygu, cysylltwch â

Helpa Fi i Stopio

Ffôn: 0800 085 2219
Gwefan: www.helpmequit.wales/cy

Pam fy mod i wedi cael gwahoddiad i gael prawf sgrinio YAA?

Mae dynion 65 oed yn cael eu gwahodd i gael eu sgrinio os ydyn nhw wedi'u cofrestru fel rhai sy'n byw yng Nghymru.

Mae'n bosibl y bydd angen i bobl sy'n drawsryweddol neu'n anneuaidd gael prawf sgrinio YAA. I gael rhagor o wybodaeth, ewch i dudalennau ein gwefan ar gyfer pobl sy'n drawsryweddol ac anneuaidd:

icc.gig.cymru/gwasanaethau-a-thimau/sgrinio/gwybodaeth-i-bobl-sydd-yn-drawsryweddol-neu-anneuaidd/.

Os ydych chi dros 65 oed ac erioed wedi bod i gael sgan YAA gyda'r GIG, gallwch ofyn am sgan drwy gysylltu â'ch rhaglen sgrinio leol.

De-ddwyrain Cymru	**Rhif Ffôn: 01443 23 51 61**
Gorllewin Cymru	**Rhif Ffôn: 01792 45 31 62**
Gogledd Cymru	**Rhif Ffôn: 01492 86 35 63**

E-bost: aaa@wales.nhs.uk

Pam mai dim ond ar gyfer dynion y mae sgrinio AAA?

Mae dynion chwe gwaith yn fwy tebygol na menywod o gael YAA. Mae YAA wedi rhwygo yn llai cyffredin mewn menywod na dynion ac, ar gyfartaledd, mae'n digwydd ddeng mlynedd yn ddiweddarach nag mewn dynion. Nid yw'r Pwyllgor Sgrinio Cenedlaethol yn argymell cynnig sgrinio am YAA i fenywod. Dylai menywod sydd â hanes o YAA yn y teulu drafod gyda'u meddyg, a fydd yn gallu rhoi cyngor iddyn nhw.

Pam mae sgrinio mor bwysig?

Fel arfer, nid oes unrhyw arwyddion na symptomau i ddangos bod gennych YAA. Mae hyn yn golygu na fyddwch yn teimlo unrhyw boen nac yn sylwi ar unrhyw beth gwahanol. Os ewch i'ch apwyntiad sgrinio YAA, gallwn ddod o hyd i YAA yn gynharach a chynnig monitro neu driniaeth i chi. Y ffordd symlaf o ganfod a oes gennych YAA yw drwy gael sgan uwchsain (ultrasound) syml o'ch abdomen.

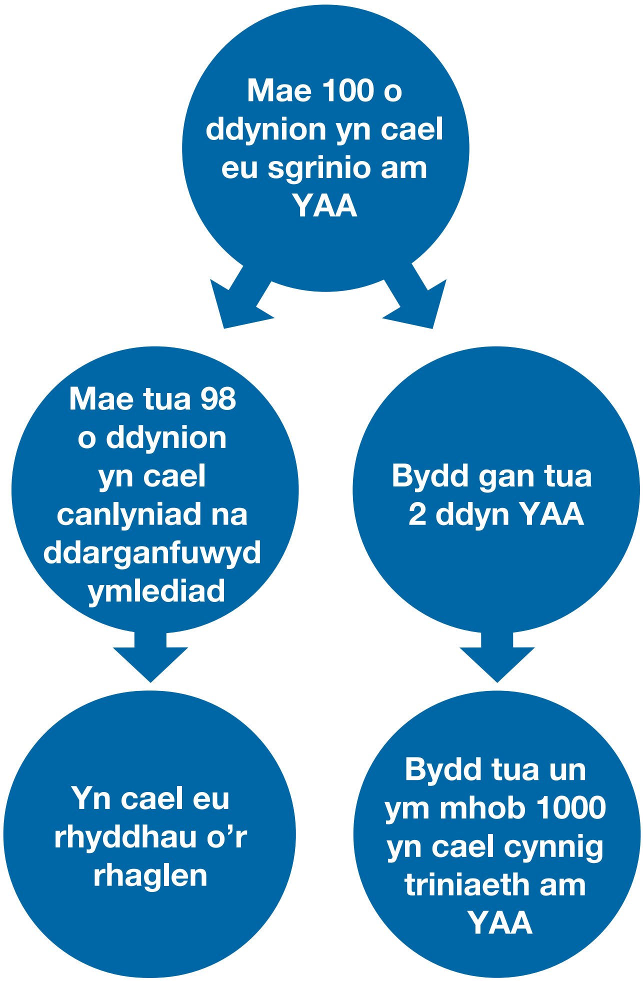
Ydy prawf sgrinio YAA yn gywir?

Mae'r sgan sy'n cael ei ddefnyddio i ganfod YAA yn ddibynadwy iawn ond, fel gydag unrhyw brawf meddygol, nid yw prawf sgrinio YAA yn gwbl gywir bob tro. Weithiau, mae canlyniadau'n gallu cael eu cofnodi'n anghywir, ond mae hyn yn anghyffredin iawn. Mae hyn yn golygu y gall rhywun gael gwybod bod ganddo YAA pan nad yw hynny'n wir, neu y gall rhywun gael gwybod nad oes ganddo YAA pan fydd ganddo un mewn gwirionedd.

Mae'r rhaglen sgrinio yn gwirio cofnodion yn aml er mwyn sicrhau bod y gwasanaeth cystal â phosibl. Os hoffech gael gwybod canlyniadau'r gwiriadau rheolaidd hyn, gallwch gysylltu â'ch uned sgrinio leol.

Mae sganio yn canfod achosion o YAA yn gynnar er mwyn gallu eu monitro neu eu trin. Dywedir wrth tua 98 o bob 100 o ddynion (98%) sy'n cael eu sgrinio am YAA na ddarganfuwyd ymlediad ac na chaiff unrhyw brofion eraill eu cynnig iddyn nhw.

Beth sy'n digwydd i 100 o ddynion pan fyddan nhw'n cael eu sgrinio am YAA



Rhaglen Sgrinio Ymlediadau Aortig Abdomenol (YAA) – Eich helpu i benderfynu

Beth yw sgrinio YAA?

Mae sgrinio YAA yn golygu cael sgan uwchsain i fesur maint yr aorta yn eich abdomen. Er mwyn cael sgan clir o'r aorta yn eich abdomen, bydd angen i'r sgriniwr bwyso ar eich abdomen.

Dim ond ychydig funudau mae prawf sgrinio YAA yn ei gymryd. Rydym yn monitro ansawdd a chywirdeb eich sgan YAA ac os oes unrhyw bryder am fesuriadau eich sgan, efallai y byddwn yn eich gwahodd i gael sgan arall. Os na chanfyddir ymlediad, ni fyddwch yn cael eich gwahodd am ragor o apwyntiadau sgrinio YAA.

Beth fydd yn digwydd pan fyddaf yn cael fy sgrinio?

Bydd angen i chi allu mynd ar wely a gorwedd yn wastad i gael sgan. Os na allwch wneud hyn heb gymorth, ffoniwch ni am ragor o wybodaeth.

Bydd eich apwyntiad sgrinio yn para tua 10 - 15 munud fel arfer.

Bydd y sgriniwr wedi'i hyfforddi, a bydd yn cadarnhau eich manyilon personol pan fyddwch yn cyrraedd, yn gofyn am eich caniatâd, ac yn gwneud y sgan uwchsain.

Os ydych yn ryderu am unrhyw beth, gallwcg ofyn i'r sgriniwr ar unrhyw adeg.

Beth yw sgan uwchsain?

Mae peiriant uwchsain yn defnyddio tonau i greu delwedd ar sgrin cyfrifidaur.

Sut mae sgan uwchsain yn cael ei gynnal?

Bydd y sgriniwr yn esbonio beth fydd yn digwydd yn ystod y sgan. Ni fydd angen i chi dynnu eich dillad. Bydd y sgriniwr yn gofyn i chi orwedd ar eich cefn a chodi eich crys neu siwmper fel y gall weld eich abdomen.

Bydd y sgriniwr yn rhoi jel clir ar eich abdomen ac yn rhwbio chwiliedydd (probe uwchsain dros eich abdomen).

Er mwyn cael delwedd glir, efallai y bydd angen i'r sgriniwr bwyso'n galetach, ond ni ddylai hyn fod yn boenus.

Bydd llun o'r aorta i'w weld ar fonitor. Bydd y sgriniwr yn mesur maint yr aorta i weld a oes YAA ynddi.

A fydd prawf sgrinio YAA yn canfod unrhyw broblemau eraill?

Na fydd. Dim ond canfod a oes gennych YAA y mae'r prawf sgrinio'n ei wyneud. Nid yw'n chwilio am broblemau iechyd eraill. Os ydych yn pryderu am eich iechyd, dylech fynd i weld eich meddyg.

Canlyniadau sgrinio YAA

Byddwch yn cael eich canlyniadau gan y sgriniwr yn syth ar ôl eich sgan. Mae pedwar canlyniad posibl.

Canlyniad – ni ddarganfuwyd ymlediad (sy'n mesur llai na 3 cm)

Os yw'ch aorta yn llai na 3 cm o led, mae hyn yn golygu nad oes gennych ymlediad. Dywedir wrth tua 98 o bob 100 o ddynion (98%) sy'n cael eu sgrinio am YAA na ddarganfuwyd ymlediad ac na chaiff unrhyw brofion eraill eu cynnig iddyn nhw. Nid oes angen triniaeth na monitor arnoch. Ni fyddwn yn eich gwahodd i gael eich sgrinio am YAA eto.

YAA bach a ganolig (yn mesur rhwng 3 a 5.4 cm)

Mae hyn yn golygu bod yr aorta yn eich abdomen ychydig yn lletach na'r arferol a bod gennych YAA. Mae tua 4 o bob 100 o ddynion sy'n cael prawf sgrinio yn cael gwybod bod ganddynt YAA bach neu ganolig. Byddwch yn cael eich gwahodd i gael sgan uwchsain yn rheolaidd i wirio maint eich YAA. Bydd pa mor aml y bydd angen sgan arnoch chi yn dibynnu ar faint eich YAA. Efallai y bydd angen meddyginiaeth arnoch hefyd, a gaiff ei ragnodi gan eich meddyg. Mae YAA bach neu ganolig yn golygu bod llai o risg iddo rwygo nag YAA mawr.

YAA mawr (5.5 cm neu fwy)

Os yw eich aorta abdomenol yn mesur 5.5cm o led neu fwy, mae gennych YAA mawr. Mae tua 1 o bob 1,000 o ddynion sy'n cael eu sgrinio yn cael gwybod bod ganddynt YAA mawr. Byddwn yn eich atgyfeirio i dîm arbenigol mewn ysbyty a fydd yn gallu cynnal rhagor o brofion a thrafod eich opsiynau triniaeth.

Gallai'r driniaeth gynnwys cael llawdriniaeth. I nifer fach o ddynion, ni fydd llawdriniaeth yn bosibl.

Mae risgiau sylweddol yn gysylltiedig â rhai llawdriniaethau YAA, ond mae'r siawns o wella yn llawer gwell os yw'r llawdriniaeth wedi'i threfnu.

Os oes gennych YAA o unrhyw faint, a'ch bod yn trefnu gwyliau, dylech ddweud wrth eich darparwr yswiriant teithio.

Bydd y tîm arbenigol yn dweud wrthych a fydd angen i chi ddweud wrth y DVLA (Asiantaeth Trwyddedu Gyrwyr a Cherbydau).

Gyrru gyda YAA

Mae'n annhebygol y bydd cael diagnosis o YAA neu gael eich monitro gan y rhaglen sgrinio yn effeithio ar eich hawl i ddal trwydded yrru ddilys. Mae'r DVLA yn gyfrifol am benderfynu a all pobl yrru ar sail eu hiechyd neu unrhyw gyflyrau sydd ganddynt.

Gallwch ddod o hyd i'r cyngor diweddaraf ar wefan GOV.UK:

www.gov.uk/aneurysm-and-driving

Gall eich meddyg a thîm arbenigol yr ysbyty roi cyngor ichi a ddylech chi yrru ai peidio.

Heb ei weld

Mewn achosion prin iawn efallai na fydd y sgriniwr yn gallu gweld eich aorta abdomenol ar y sgrin. Mae hyn yn golygu na fydd yn gallu ei fesur. Nid yw hyn yn ddim byd i chi boeni amdano a gall ddigwydd am nifer o resymau. Bydd y sgriniwr yn trafod hyn gyda chi os bydd hyn yn digwydd.

Gwneud dewis – manteision a risgiau posibl prawf sgrinio YAA

Sgrinio

Eich dewis chi yw cael prawf sgrinio YAA. Mae yna lawer o wahanol resymau pam mae dynion yn penderfynu peidio â chael eu sgrinio. I'ch helpu i benderfynu rydym wedi cynnwys gwybodaeth am y manteision a'r risgiau posibl.

Mae sgrinio yn achub bywydau rhag YAA

Mae bywydau'n cael eu hachub oherwydd bod YAA yn cael ei ddarganfod a'i drin yn gynharach nag y byddai heb brawf sgrinio.

Mae prawf sgrinio yn darganfod YAA na fyddai byth wedi achosi niwed i rywun

Bydd rhai dynion yn cael gwybod bod ganddyn nhw YAA na fyddai byth wedi cael ei ddarganfod fel arall ac na fyddai wedi rhoi bywyd yn y fantol. Dyma brif risg sgrinio.

Sut rydych yn cael fy manylion personol?

Rydym yn sefydliad GIG. Rydym yn cael eich enw a'ch cyfeiriad o gronfa ddata genedlaethol o'r enw Gwasanaeth Demograffig Cymru a reolir gan Iechyd a Gofal Digidol Cymru. Mae'r gronfa ddata hon yn cadw cofnod o enwau a chyfeiriadau ar gyfer pob person sydd wedi'i gofrestru'n byw yng Nghymru.

Sut ydych chi'n defnyddio gwybodaeth amdanaf i?

Mae angen i ni gadw eich gwybodaeth bersonol er mwyn gwybod a ydych wedi cael sgan neu a ydych wedi penderfynu peidio â chael un. Er mwyn i ni gysylltu â chi fel rhan o'r rhaglen hon, bydd angen i ni ymdrin â rhywfaint o wybodaeth bersonol amdanoch chi.

Os oes angen mwy o wybodaeth arnoch chi am hyn, gallwch:

- ewch i'r wefan icc.gig.cymru/defnydd-y-safle/hysbysiad-preifatrwydd/;
- e-bost PHW.InformationGovernance@wales.nhs.uk; neu
- rhif ffôn 02920 22 7744.

Ble alla i gael rhagor o wybodaeth?

Os oes angen rhagor o wybodaeth arnoch, gallwch:

- ein ffonio;
- gofyn i'ch meddyg neu weithiwr gofal iechyd proffesiynol; neu
- edrych drwy'r gwefannau a ganlyn.

Rhaglen Sgrinio Ymlediadau Aortig Abdomenol Cymru

icc.gig.cymru/sgrinio-abdomenol

Galw Iechyd Cymru

Gan ddefnyddio eich gwybodaeth pan rydch yn defnyddio'r gwasanaeth

111.wales.nhs.uk/aboutus/yourinformation

Circulation Foundation

(sef elusen sy'n cynorthwyo pobl â chelfydon fasgwlaidd)

Ffôn: 020 7205 7151 **www.circulationfoundation.org.uk**

Rhaglen Sgrinio Ymlediadau Aortig Abdomenol (YAA) – Eich helpu i benderfynu

Cysylltwch â ni:

- os na allwch ddod i'ch apwyntiad – oherwydd efallai y gallwn gynni amser,dyddiad a lleoliad mwy addas i chi;
- os nad ydych yn bwriadu dod – gallwn gynnig eich apwyntiai rywun aral;
- os oes gennych anabledd neu os oes arnoch angen cymorth – oherwydd gallwch ofyn am apwyntiad hirach; neu
- os ydych wedi methu eich apwyntiad sgrinio YAA – felly gallwn drefnu apwyntiad newydd.

De-ddwyrain Cymru **Ffôn: 011443 23 51 61**
Gorllewin Cymru **Ffôn: 01792 45 31 62**
Gogledd Cymru **Ffôn: 01492 86 35 63**
E-bost: aaa@wales.nhs.uk

Crynodeb o'r hyn y dylech ei wybod am YAA

Mae'r wybodaeth a ganlyn yn seiliedig ar y dystiolaeth orau sydd ar gael.

- Bydd tua 98 o bob 100 o ddynion (98%) sy'n cael eu sgrinio am YAA yn cael gwybod na ddarganfuwyd ymlediad.
- Mae aorta **na ddarganfuwyd ymlediad** ynddo yn mesur llai na 3 cm mewn diamedr.
- Mae YAA **bach** yn mesur rhwng 3 a 4.4 cm mewn diamedr.
- Mae YAA **canolig** yn mesur rhwng 4.5 a 5.4 cm mewn diamedr.
- Bydd gan tua dau o bob 100 o ddynion (2%) YAA bach neu ganolig.
- Mae YAA **mawr** yn mesur 5.5 cm neu fwy.
- Bydd gan un chwe dyn o bob 1000 (0.1%) YAA mawr.