Bron Brawf Cymru Breast Test Wales

Profion Sgrinio'r Fron

i ferched sydd â risg uwch o ganser y fron

www.icc.gig.cymru/gwasanaethau-a-thimau/sgrinio/bron-brawf-cymru/

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

BTW004 Version 1 04/2025

Cynnwys

Pam ydw i'n cael cynnig prawf sgrinio'r fron?	3
Profion sgrinio'r fron	3
Eich cwestiynau wedi'u hateb	6
Pan fyddwch chi'n cyrraedd 50 oed	8
Pan fyddwch chi'n cyrraedd 70 oed	9
Gwneud dewis – manteision a risgiau sgrinio'r fron	10
Gofalu am eich bronnau	12
Rhagor o wybodaeth a chymorth	13

Gallwch ddarllen yr wybodaeth hon ar ein gwefan mewn print bras neu wrando arni gan ddefnyddio darllen yn uchel. Cysylltwch â ni os oes angen yr wybodaeth hon arnoch mewn ieithoedd eraill neu mewn braille.

Eich dewis chi yw cael prawf sgrinio'r fron ai peidio. Nod y daflen hon yw eich helpu i benderfynu.

Pam ydw i'n cael cynnig prawf sgrinio'r fron?

Aseswyd gan arbenigwr bod gennych risg uwch o ddatblygu canser y fron. Mae merched â risg uwch yn cael cynnig sgrinio'r fron yn iau na merched o'r boblogaeth gyffredinol. Os nad ydych yn meddwl y dylech fod wedi cael gwahoddiad i gael prawf sgrinio'r fron risg uwch, rhowch wybod i ni ar unwaith.

Profion sgrinio'r fron

Mae dau fath o brawf sgrinio.

Mamograffeg (pelydr-X o'r fron)

Bydd radiograffydd neu ymarferydd mamograffeg yn gosod eich bronnau, un ar y tro, ar y peiriant pelydr-X. Yna byddant yn gostwng y plât plastig ar eich bronnau i gynhyrchu pelydrau-X (mamogramau) o ansawdd da. Bydd y dos o ymbelydredd a ddefnyddir yn isel. Fel arfer, cymerir dau belydr-X o

bob bron, un oddi uchod ac un o’r ochr. Bydd angen i chi aros yn llonydd tra bydd y pelydr-X yn cael ei gymryd.

Mae rhai merched yn teimlo bod cael mamogram yn anghyfforddus ac efallai y bydd ychydig yn boenus. Bydd angen i ni wasgu’ch bronnau rhwng y ddau blât i gael y ddelwedd orau bosibl. Dim ond am ychydig eiliadau y bydd y pwysau’n para. Mae unrhyw boen yn pasio’n gyflym fel arfer.

MRI (delweddu atseiniol magnetig)

Mae hwn yn fath o sgan sy’n defnyddio meysydd magnetig cryf a thonnau radio i dynnu lluniau o’r tu mewn i’r corff. Bydd gofyn i chi orwedd a’ch wyneb i lawr ar wely a fydd yn symud yn araf i mewn i’r sganiwr. Mae tyllau â chlustogau i’ch bronnau, a lle i orffwys eich pen. Gall y staff eich cynorthwyo os byddwch yn ei chael hi’n anodd.

Efallai y byddwch yn cael pigiad i wythïen yn eich braich. Mae’r pigiad yn cynnwys gadoliniwm, hylif clir a ddefnyddir i wneud y lluniau MRI yn gliriach. Gall symiau bach o gadoliniwm aros yn y corff ar ôl cael sgan. Nid oes

unrhyw dystiolaeth ar hyn o bryd bod y symiau bach hyn yn achosi niwed. Mae gadoliniwm yn hanfodol ar gyfer gwneud diagnosis o glefydau sy’n bygwth bywyd, gan gynnwys canser y fron. Os oes angen sgan arnoch gan ddefnyddio gadoliniwm, byddwn yn defnyddio’r dos isaf sydd ei angen ar gyfer delwedd glir.

Mae’r sgan yn ddi-boen. Mae angen i chi orwedd yn llonydd, ond byddwn yn eich gwneud mor gyfforddus â phosibl cyn dechrau’r sgan.

Mae’r apwyntiad cyfan fel arfer yn para rhwng 30 a 60 munud.

Ni all pawb gael sganiau MRI oherwydd y maes magnetig. Cyn y sgan, bydd staff yn gofyn cwestiynau i chi i wneud yn siŵr ei bod yn ddiogel i chi gael y sgan.

Os oes gennych gwestiynau am eich sgan, gallwch siarad ag aelod o staff.

Cynhelir sganiau MRI ar gyfer sgrinio’r fron mewn canolfannau arbenigol mewn ysbytai ledled Cymru.

Byddwn yn cynnig MRI neu famogram i chi, neu’r ddau o bosibl. Bydd yn dibynnu ar eich oedran a’r rheswm pam y cynigiwyd prawf sgrinio i chi. Bydd eich arbenigwr eisoes wedi rhoi gwybod i chi pa fath o sgrinio a gynigir i chi.

Eich cwestiynau wedi'u hateb

Beth os ydw i wedi cael profion ar y bronnau yn ddiweddar?

Cysylltwch â ni os ydych wedi cael mamogram neu MRI o'ch bronnau o fewn y chwe mis diwethaf.

Ble byddaf yn mynd i gael prawf sgrinio'r fron?

Mae eich llythyr yn dweud wrthych ble mae angen i chi fynd a sut i drefnu neu newid eich apwyntiad.

Beth ddylwn i wisgo?

Gwisgwch dop ar wahân oherwydd bydd yn rhaid i chi ddadwisgo i'ch canol. Peidiwch â gwisgo dillad sydd â metel arnynt, oherwydd maes magnetig y sganiwr.

Beth os oes gennyf fewnblaniadau neu lenwyr bronnau?

Gan fod mewnblaniadau a llenwyr yn drwchus ac yn cuddio rhywfaint o feinwe'r fron, os oes gennych ganser y fron, mae'n fwy tebygol na fydd yn cael ei weld ar belydr-X.

Beth os ydw i'n feichiog neu'n bwydo ar y fron?

Cysylltwch â'ch canolfan sgrinio Bron Brawf Cymru leol os ydych yn feichiog neu'n bwydo ar y fron.

Beth os nad ydw i am gael fy sgrinio?

Cysylltwch â'ch canolfan sgrinio Bron Brawf Cymru leol.

Beth os ydw i'n ystyried neu'n aros am lawdriniaeth i leihau'r risg?

Rydym yn argymell eich bod yn parhau i gael eich sgrinio nes eich bod wedi cael llawdriniaeth.

Beth sy'n digwydd ar ôl y profion?

Bydd ein staff arbenigol yn archwilio eich sganiau a'ch pelydrau-X. Ein nod yw anfon eich canlyniadau atoch drwy'r post ymhen tair wythnos.

Efallai y bydd angen i ni eich gwahodd yn ôl os bydd nam technegol. Byddwn yn dweud wrthych os mai dyma'r rheswm.

Os bydd y profion yn dangos newidiadau posibl, byddwn yn eich gwahodd i ganolfan sgrinio Bron Brawf Cymru am ragor o brofion.

Os cewch eich galw’n ôl, efallai y byddwch yn cael archwiliad o’r fron, mwy o famogramau neu sganiau uwchsain.

Efallai y byddwch hefyd yn cael biopsi, sef cymryd sampl bach o’ch bron gyda nodwydd. Defnyddir anesthetig lleol i wneud ardal y biopsi yn ddideimlad. Bydd y sampl yn cael ei archwilio o dan ficrosgop. Byddwn yn rhoi apwyntiad i chi ddychwelyd i gael eich canlyniadau. Byddwch yn derbyn yr apwyntiad hwn o fewn pythefnos fel arfer.

Beth os bydd angen triniaeth arnaf?

Os cewch ddiagnosis o ganser y fron, mae dod o hyd iddo’n gynnar yn rhoi’r cyfle gorau i chi gael triniaeth lwyddiannus.

Bydd tîm o arbenigwyr canser y fron yn trafod eich opsiynau ar gyfer triniaeth gyda chi. Byddwch yn cael eich cefnogi drwy gydol eich gofal.

Pan fyddwch chi’n cyrraedd 50 oed

O 50 oed ymlaen, ni fydd angen i ferched sydd â risg gymedrol o ganser y fron gael eu sgrinio’n amlach mwyach a byddant yn cael eu gwahodd i gael prawf sgrinio’r fron yn rheolaidd bob tair blynedd. Bydd merched yn cael eu gwahoddiad sgrinio

rheolaidd cyntaf rywbryd rhwng eu pen-blwydd yn 50 a 53 oed.

Fodd bynnag, byddwn yn parhau i'ch gwahodd i gael eich sgrinio'n fwy rheolaidd os ydych wedi cael triniaeth canser oedd yn cynnwys radiotherapi i ardal y frest, neu os ydych wedi cael eich asesu gan Wasanaeth Genomeg Feddygol Cymru Gyfan fel un sy'n wynebu risg uchel neu risg uchel iawn o achos hanes eich teulu.

Os cawsoch eich sgrinio gan ddefnyddio MRI a mamogramau, efallai y cewch eich newid i gael mamogramau yn unig. Mae hyn oherwydd bod mamogramau yn well am ddod o hyd i ganser y fron mewn merched dros 50 oed. Bydd rhai merched yn parhau i gael sganiau MRI yn ogystal â mamogramau.

Pan fyddwch chi'n cyrraedd 70 oed

Mae pob gwahoddiad sgrinio'r fron rheolaidd yn dod i ben pan fyddwch yn 70 oed, p'un a ydych wedi bod yn cael eich sgrinio bob blwyddyn neu bob tair blynedd.

Gallwch barhau i gael eich sgrinio o 70 oed ymlaen trwy gysylltu â'ch gwasanaeth sgrinio'r fron lleol i wneud apwyntiad.

- Os ydych wedi cael gwahoddiad i gael eich sgrinio bob blwyddyn hyd at 70 oed, gallwch ofyn am apwyntiad **bob blwyddyn.**
- Os ydych wedi cael gwahoddiad i gael eich sgrinio bob tair blynedd hyd at 70 oed, gallwch ofyn am apwyntiad **bob tair blynedd.**

Gwneud dewis – manteision a risgiau sgrinio'r fron

Eich dewis chi yw cael prawf sgrinio'r fron.

- Sgrinio yw'r ffordd orau o ddod o hyd i ganser y fron yn gynnar.
- Mae'r rhan fwyaf o ganserau'r fron a ddarganfyddir yn ystod y prawf sgrinio yn cael eu darganfod yn gynnar, pan fo siawns dda o'u trin yn llwyddiannus.
- Mae rhai mathau o ganser yn anodd iawn eu gweld ac mae'n bosibl na fyddant yn cael eu darganfod, ac ni ellir gweld rhai.
- Gall canser y fron ddatblygu yn y cyfnod rhwng eich profion sgrinio, hyd yn oed os nad oedd eich canlyniad sgrinio diwethaf wedi dangos unrhyw arwydd o ganser.

- Ni allwn wella pob math o ganser y fron a ddarganfyddir drwy wneud profion sgrinio.
- Nid yw'n hysbys a fydd sgrinio merched sydd â risg uwch o ddatblygu canser y fron yn lleihau'r risg y byddant yn marw o ganser y fron.
- Rydym yn cynnig trin pob canser y fron. Mae hyn yn golygu efallai y cewch gynnig mwy o driniaeth nag sydd ei hangen arnoch oherwydd gallai prawf sgrinio ddod o hyd i ganser na fyddai byth wedi peryglu'ch bywyd.
- Mae mamogramau yn defnyddio pelydrau-X i dynnu delweddau o'r fron. Mae pelydrau-X yn fath o ymbelydredd, sydd â risg fach iawn o achosi canser. Mae'r risg hon yn isel iawn, ac mae'r budd o ganfod a thrin canserau'n gynnar yn fwy o lawer na'r risg.
- Efallai y byddwch yn poeni os cewch eich gwahodd yn ôl am brofion pellach. Fodd bynnag, nid oes gan y rhan fwyaf o ferched sy'n cael eu gwahodd yn ôl ganser y fron.

Os bydd tystiolaeth newydd yn dangos nad yw math o sgrinio o fudd, byddem yn atal y sgrinio ond byddem yn trafod hyn gyda chi.

Gofalu am eich bronnau

Ni all unrhyw brawf sgrinio ganfod pob canser, a gall canser ddatblygu rhwng apwyntiadau sgrinio.

Dylai pawb ofalu am eu bronnau. Mae hyn yn golygu gwybod sut mae eich bronnau'n edrych ac yn teimlo fel arfer.

Os byddwch yn sylwi ar unrhyw newidiadau yn eich bronnau, siaradwch â'ch meddyg teulu cyn gynted â phosibl. Peidiwch ag aros am eich apwyntiad sgrinio nesaf.

Cyffyrddwch â'ch bronnau. Ydych chi'n gallu teimlo unrhyw beth anarferol?

Edrychwch am newidiadau. Oes newid i'w siâp neu sut y maent yn teimlo?

Gwiriwch unrhyw beth anarferol gyda'ch meddyg.

Gallwch ddarllen neu lawrlwytho ein taflen, Gofalu Am Eich Bronnau, yma:

Rhagor o wybodaeth a chymorth

Os oes gennych unrhyw gwestiynau am y gwasanaeth sgrinio risg uwch, cysylltwch â'ch Canolfan Sgrinio Bron Brawf Cymru.

De-ddwyrain Cymru

Bron Brawf Cymru, 18 Heol y Gadeirlan, Caerdydd, CF11 9LJ

029 2039 7222

south-breast-screening@wales.nhs.uk

Gorllewin Cymru

Bron Brawf Cymru, 24 Heol Alexandra, Abertawe, SA1 5DY

01792 459988

west-breast-screening@wales.nhs.uk

Gogledd Cymru

Bron Brawf Cymru, Heol Maes Du, Llandudno, LL30 1QY

01492 860888

north-breast-screening@wales.nhs.uk

Gallwch gysylltu â ni yn Gymraeg neu Saesneg. Bydd yn cymryd yr un faint o amser i ni ymateb i chi, pa iaith bynnag a ddewiswch.

Er mwyn i ni gysylltu â chi fel rhan o'r rhaglen hon, bydd angen i ni weld eich manylion cyswllt a'ch gwybodaeth feddygol.

Os oes angen rhagor o wybodaeth arnoch am hyn, gallwch:

fynd i'r wefan
www.icc.gig.cymru/gwasanaethau-a-thimau/sgrinio/bron-brawf-cymru/

e-bostio
PHW.InformationGovernance@wales.nhs.uk

neu ffonio
02920 104307

Crystal Mark 24358
Clarity approved by Plain English Campaign