



LEFEL 3 DIPLOMA

4463N60-1A

MEHEFIN 2024

GWYDDOR FEDDYGOL

UNED 6: Astudiaeth Achos Feddygol

I'w ddefnyddio gydag arholiad

Uned 6: Astudiaeth Achos Feddygol

Erthygl wedi'i rhyddhau ymlaen llaw i'w defnyddio yn yr arholiad canlynol ar ddydd Llun, 3 Mehefin 2024

Lefel 3 Diploma mewn Gwyddor Feddygol

Osteoarthritis

Osteoarthritis yw'r math mwyaf cyffredin o arthrits yn y DU (UK); mae'n effeithio ar bron i 9 miliwn o bobl.

Symptomau osteoarthritis

Dyma brif symptomau osteoarthritis:

- cymalau poenus a stiff
- cymalau'n chwyddo



Beth sy'n achosi osteoarthritis

Fel rhan o fywyd normal, mae'r cymalau'n dioddef lefel isel o ddifrod (*damage*) yn gyson. Yn y rhan fwyaf o achosion, mae'r corff yn atgyweirio (*repairs*) y difrod a does dim symptomau. Mewn osteoarthritis, mae'r cartilag amddiffynnol sydd ar ben yr esgyrn yn ymddatod (*breaks down*), sy'n achosi poen, chwyddo a phroblemau wrth symud y cymal. Mae tyfiannau esgyrnog (*bony growths*) yn gallu datblygu, ac mae'r ardal yn gallu troi'n goch a chwyddo.

Rhoi diagnosis o osteoarthritis

Efallai bydd meddyg teulu'n amau (*suspect*) osteoarthritis:

- os yw'r poen yn y cymal yn tueddu i fynd yn waeth wrth i'r cymal gael ei ddefnyddio mwy
- os yw'r cymalau'n tueddu i fod yn llai stiff yn y bore
- os yw'r claf dros 45 oed

Fel arfer, does dim angen profion pellach fel pelydrau-x neu brofion gwaed. Fodd bynnag, mae'n bosibl defnyddio'r rhain i ddiystyru (*rule out*) achosion posibl eraill, fel arthrits rhiwmatoid neu dorasgwrn (*fractured bone*).

Trin osteoarthritis

Mae osteoarthritis yn gyflwr tymor hir, ond nid yw bob amser yn gwaethygu dros amser. Weithiau, mae'n gallu gwella'n raddol. Mae nifer o driniaethau ar gael hefyd i leihau'r symptomau.

Nid yw osteoarthritis yn gallu cael ei iacháu (*cured*), ond mae'r canlynol yn gallu helpu i reoli'r symptomau:

- newidiadau i ffordd o fyw fel ymarfer corff rheolaidd a chynnal pwysau iach
- gwisgo esgidiau addas neu ddefnyddio dyfeisiau arbennig i leihau'r straen ar y cymalau yn ystod gweithgareddau pob dydd
- meddyginiaeth fel:
 - diclofenac
 - asid hyalwronig
 - asbirin

Mewn nifer bach o achosion, os nad yw'r triniaethau hyn wedi helpu neu os yw'r difrod i'r cymalau'n ddifrifol iawn, mae'n bosibl cael llawdriniaeth i atgyweirio neu gryfhau cymal sydd wedi'i ddifrodi, neu i osod cymal newydd yn ei le.

Atal osteoarthritis

Dydy hi ddim yn bosibl atal (*prevent*) osteoarthritis yn gyfan gwbl. Fodd bynnag, mae'n bosibl lleihau'r risg o ddatblygu'r cyflwr drwy osgoi anaf (*injury*) a dilyn ffordd iach o fyw.

Canser y Fron

Canser y fron yw'r math mwyaf cyffredin o ganser yn y DU. Mae'n effeithio ar ddynion a menywod. Mae tua 1 o bob 8 o fenywod yn cael diagnosis o ganser y fron yn ystod eu bywyd. Mae yna siawns dda o wella os yw'n cael ei ganfod (*detected*) yn gynnar.

Dydyn ni ddim yn deall yn llawn beth yn union sy'n achosi canser y fron. Fodd bynnag, rydyn ni'n gwybod bod rhai ffactorau'n cynyddu'r risg o ganser y fron. Mae'r rhain yn cynnwys:

- oed
- hanes o ganser y fron yn y teulu
- diagnosis blaenorol o ganser y fron
- lwmp di-ganser (anfalaen / *benign*) blaenorol yn y fron
- bod yn dal, dros bwysau neu'n ordew
- yfed alcohol

Symptomau canser y fron

Mae canser y fron yn gallu achosi llawer o symptomau, ond fel arfer y symptom cyntaf mae'n bosibl sylwi arno yw lwmp neu ddarn mwy trwchus ym meinwe'r fron.

Dydy'r rhan fwyaf o lympiau yn y fron ddim yn ganseraidd (*cancerous*), ond mae'n well gofyn i feddyg eu harchwilio nhw.

Rhoi diagnosis o ganser y fron

Mae rhoi diagnosis o ganser y fron yn gallu cynnwys sgrinio'r fron a/neu archwilio sampl bach o feinwe'r fron dan ficrosgop.

Trin canser y fron

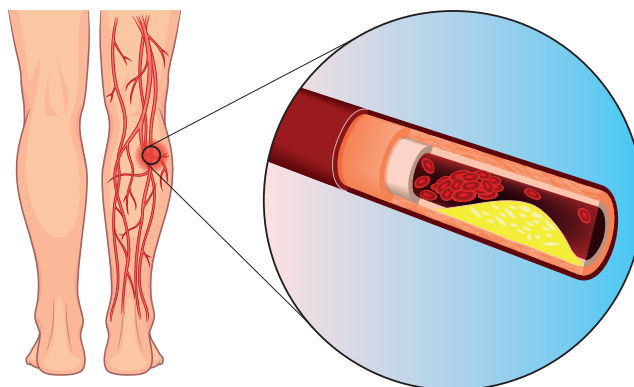
Os bydd y canser yn cael ei ganfod yn gynnar, mae'n gallu cael ei drin cyn iddo ledaenu (*spreads*) i rannau eraill o'r corff. Mae canser y fron yn cael ei drin drwy ddefnyddio cyfuniad o lawdriniaeth, cemotherapi a radiotherapi.

Mae'r therapïau mwyaf newydd yn cynnwys:

- therapi ffotodynamig
- cemotherapi ac imiwnotherapi cyfunol (*combined*)
- therapïau wedi'u targedu

Thrombosis Gwythiennau Dwfn (Deep Vein Thrombosis: DVT)

Ystyr thrombosis gwythiennau dwfn yw bod tolchen (*blood clot*) mewn gwythïen, yn y goes fel arfer. Mae'n gallu peryglu bywyd ac mae cymorth meddygol yn hanfodol.



Symptomau DVT

- poen
- chwyddo
- croen cynnes o gwmpas y man poenus
- croen coch neu dywyll o gwmpas y man poenus
- gwythiennau sydd wedi chwyddo ac yn galed neu'n boenus i gyffwrdd â nhw

Mae DVT yn gallu arwain at emboledd ysgyfeiniol (*pulmonary embolism*) os yw'r tolchennau'n teithio drwy lif y gwaed ac yn cyrraedd yr ysgyfaint.

Rhoi diagnosis o DVT

Bydd pobl sy'n cael eu derbyn i'r ysbyty ar frys yn cael cyfres o brofion, gan gynnwys:

- ECG i brofi gweithgarwch y galon
- profion haematoleg
- dulliau delweddu (*imaging methods*) i ddangos a yw'r gwaed yn llifo'n normal drwy wythïen a darganfod ble mae tolchen

Trin DVT

Ar ôl diagnosis, y brif driniaeth yw cwrs o dabledi gwrthgeulydd (*anti-coagulant tablets*). Fel arall, mae'n bosibl gosod hidlydd mewn gwythïen fawr i ddal tolchen a'i stopio rhag teithio i'r galon a'r ysgyfaint.

Atal DVT

Mae dewisiadau ffordd o fyw yn gallu lleihau'r risg o ddatblygu DVT, fel:

- cynnal pwysau iach
- gwneud ymarfer corff rheolaidd
- osgoi dadhydradu
- osgoi yfed gormod o alcohol
- peidio ysmegu
- osgoi teithiau hir ar awyren