Thrombosis UK

Ymwybyddiaeth • Ymchwil • Gofal

Crystal Mark 20659
Clarity approved by Plain English Campaign

Clotiau a gafwyd yn yr ysbyty

Heb fesurau ataliol priodol yn cael eu cymryd mewn ysbytai yn y DU, byddai dros 25,000 o farwolaethau bob blwyddyn o ganlyniad i glotiau gwaed a gafwyd yn yr ysbyty. Er bod y cyhoedd cyffredinol yn cysylltu clotiau gwaed neu thrombosis gwythiennau dwfn â theithiau hir, mae'r risg o glotiau gwaed wrth hedfan yn isel iawn mewn gwirionedd. Mae'r risg o gael clot gwaed yn yr ysbyty yn 1000 gwaith yn fwy tebygol na chael Clot gwaed wrth hedfan. Rydym yn bryderus iawn am y diffyg ymwybyddiaeth o thrombosis gwythiennau dwfn a geir mewn ysbytai.

Oeddech yn gwybod bod gennych 15% siawns o ddatblygu thrombosis gwythiennau dwfn dim ond wrth gael eich derbyn i'r ysbyty gyda salwch?

Oeddech chi'n gwybod bod gennych 50% siawns o ddatblygu thrombosis gwythiennau dwfn os ydych yn cael llawdriniaeth ar eich coes, fel glosod clun newydd oni bai bod gennych deneuwyr gwaed ataliol?

Beth yw DVT?

Mae thrombosis gwythiennau dwfn yn glot sy'n ffurfio mewn gwythïen, fel arfer yn y goes. Gwythiennau dwfn yw'r gwythiennau mwyaf sy'n rhedeg drwy'r cyhyrau ac yn cludo gwaed yn ôl ac ymlaen o'r galon. Pan fydd clot gwaed yn ffurfio, mae'n atal y llif.

Ydych chi mewn perygl o DVT?

Mae llawer o bobl yn meddwl mai mynd ar daith hir yw'r risg fwyaf o ddioddef thrombosis gwythiennau dwfn. Yn anffodus, y risg fwyaf o thrombosis gwythiennau dwfn yw aros yn yr ysbyty.

Yw DVT difrifol?

Gall thrombosis gwythiennau dwfn fod yn ddifrifol iawn ac yn angheuol. Os yw'r clot yn torri i ffwrdd, gall deithio yn llif y gwaed, trwy'r galon, a mynd yn sownd yn yr ysgyfaint. Gelwir hyn yn emboledd yr ysgyfaint. Mae'n gallu digwydd oriau neu hyd yn oed ddyddiau ar ôl datblygu thrombosis gwythiennau dwfn. Mae'r rhan fwyaf o glotiau a gafwyd yn yr ysbyty (thrombosis gwythiennau dwfn ac emboledd yr ysgyfaint) yn digwydd wythnosau ar ôl gadael yr ysbyty. Dylech gael triniaeth feddygol yn syth os Cadw eich llif gwaed i Llifo ydych yn meddwl eich bod yn dioddef o thrombosis gwythiennau dwfn ac emboledd yr ysgyfaint. Gall symptomau emboledd yr ysgyfaint gynnwys bod yn fyr eich anadl, poen yn y frest, pesychu fflem llawn gwaed a chwympo yn sydyn.

Atal clot yn yr ysbyty

Gall unrhyw un gael thrombosis gwythiennau dwfn ond mae'r risg yn cynyddu ymhellach os bydd unrhyw un o'r canlynol yn berthnasol i chi.

- Rydych dros 60 oed.
- Rydych yn feichiog neu wedi cael babi yn ddiweddar.
- Ni allwch symud llawer.
- Mae canser arnoch neu rydych wedi dioddef o ganser yn y gorffennol.
- Rydych yn cymryd therapi adfer hormonau (HRT) neu'n cymryd pilsen atal cenhedlu sy'n cynnwys estrogen.
- Rydych dros bwysau.
- Mae gennych hanes teulu o thrombosis gwythiennau dwfn neu heintiau gwaed penodol.
- Rydych wedi cael thrombosis gwythiennau dwfn neu emboledd yr ysgyfaint.
- Rydych yn cael llawdriniaeth, yn enwedig llawdriniaeth i'ch bol neu i'ch clun neu i'ch pen-glin.
- Rydych yn sâl gyda thostrwydd llidiol.

All thrombosis gwythiennau dwfn gael ei atal?

Y newyddion da yw bod thrombosis gwythiennau dwfn ac emboledd yr ysgyfaint yn gallu cael eu hatal yn ddiogel ac yn effeithiol.

- Gall ymarferion croth y goes a chodi o'r gwely yn fuan ar ôl llawdriniaeth leihau eich risg o ddatblygu thrombosis gwythiennau dwfn.
- Mae sanau gwrth-embolig yn gwasgu croth y goes, yn helpu llif y gwaed ac yn atal thrombosis gwythiennau dwfn.
- Mae dognau bach dyddiol o deneuwyr gwaed yn helpu'r rhai sydd fwyaf mewn perygl.

Thrombosis UK
Ymwybyddiaeth • Ymchwil • Gofal

Eich hawl i asesiad risg DVT

Mae'r GIG yn argymell y dylai pob claf sy'n aros yn yr ysbyty gael ei asesu o ran ei risg o ddioddef o thrombosis gwythiennau dwfn. Dyma rai cwestiynau defnyddiol i ofyn i'r tîm meddygol cyn neu pan fyddwch yn mynd mewn i'r ysbyty.

- Beth yw risg thrombosis gwythiennau dwfn yn ystod fy arhosiad?
- Pa driniaeth ataliol fyddaf yn ei chael?
- A oes gan yr ysbyty gyfleusterau uwchsain i wneud diagnosis o thrombosis gwythiennau dwfn os byddaf yn datblygu'r symptomau?
- Os byddaf yn datblygu thrombosis gwythiennau dwfn, sut byddaf yn cael fy nhrin?

Os nad ydych yn cael cynnig asesiad risg pan fyddwch yn cael eich derbyn i'r ysbyty, dylech ofyn i'ch meddyg neu'ch nyrs gynnal un.

DVT diagnosis

Yn aml mae'n anodd i feddyg fedru gwneud diagnosis o thrombosis gwythiennau dwfn o symptomau yn unig. Os credir bod gennych thrombosis gwythiennau dwfn, byddwch yn cael profion ar frys i gadarnhau'r diagnosis.
Gall y rhain gynnwys:

- Prawf D-dimer (prawf gwaed) - mae hyn fel arfer yn gadarnhaol mewn achosion o thrombosis gwythiennau dwfn ond gall fod yn gadarnhaol mewn cyflyrau eraill yn ogystal; a
- Sgan uwchsain - a ddefnyddir i brofi clotiau gwaed uwchben y pen-glin.

Beth yw symptomau DVT?

Mae llawer o achosion o thrombosis gwythiennau dwfn yn 'dawel' a dyna'r pryder. Yn wir, mewn 80% o achosion, nid yw thrombosis gwythiennau dwfn yn cynhyrchu unrhyw symptomau o gwbl ar wahân i boen. Os oes symptomau, efallai y byddant yn cynnwys:

- chwyddo;
- poen; a
- tynerwch yn y goes yr effeithiwyd arni a lliw croen yn newid.

Gall symptomau emboledd yr ysgyfaint - clot yn yr ysgyfain - gynnwys:

- poen yn y frest;
- byr eich anadl;
- fflem llawn gwaed;
- lliw croen llwyd;
- teimlo'n boeth, yn benysgafn, neu wedi dychryn; a
- peswch parhaus.

Triniaeth

Fel arfer, mae achosion o thrombosis gwythiennau dwfn yn cael eu trin â meddyginiaeth teneuo'r gwaed ('gwrthgeulyddion') megis heparin a warfarin. Mae'r rhain yn gweithio gyda system wrthglotio naturiol y corff i atal clotiau gwaed pellach rhag ffurfio ac atal unrhyw glotiau presennol rhag mynd yn fwy. Yna bydd clotiau sydd eisoes wedi ffurfio yn y corff yn naturiol yn torri i lawr dros amser gan ddefnyddio system y corff ei hun i dorri'r clotiau i lawr.

Efallai y cewch eich cynghori hefyd i wisgo sanau cywasgu sy'n cywasgu gwythiennau'r goes i ysgogi llif y gwaed. Mae'n bwysig bod y rhain yn ffitio'n gywir.

Rhagor o wybodaeth

Os oes gennych ragor o gwestiynau am thrombosis gwythiennau dwfn neu emboledd yr ysgyfaint siaradwch â'ch meddyg.

Thrombosis UK: gynnig rhagor o wybodaeth i chi hefyd a gallwch gysylltu â nhw fel a ganlyn:

Thrombosis UK,
Blwch Post 58, Llanwrda,
Sir Gaerfyrddin
SA19 0AD.

Rhif ffôn: 0300 772 9603,
E-bost: admin@thrombosisuk.org
Gwefan: www.thrombosisuk.org

Mae'r ddogfen hon yn rhoi gwybodaeth gyffredinol i chi yn unig. Nid yw'n rhoi cyngor personol i chi ac nid yw'n cymryd lle cyngor ar sefyllfa benodol. Gwnewch yn siŵr eich bod yn cael y cyngor priodol cyn i chi gymryd unrhyw gamau mewn ymateb i'r wybodaeth yn y ddogfen hon. Er ein bod ni yn Lifeblood: Yr Elusen Thrombosis wedi cymryd pob gofal i sicrhau bod y deunydd yn y ddogfen hon yn gywir, ni allwn ni neu unrhyw gyfrannwr arall fod yn gyfrifol am unrhyw weithred (neu ddiffyg gweithred) a gymerwyd gan unrhyw berson neu gorff o ganlyniad i'r wybodaeth a gynhwysir ynddi.