



Nebiwleiddwyr

Mewn argyfwng, os ydych chi'n cael trafferth anadlu ac angen cymryd dos uchel o'ch meddyginiaeth leddfu, efallai y bydd eich gweithiwr iechyd proffesiynol yn ei rhoi i chi drwy nebiwleiddiwr. Dyfais yw nebiwleiddiwr sy'n gadael i chi anadlu meddyginiaeth i mewn ar ffurf anwedd (*mist*) drwy fasg neu ddarn ceg.

I'r rhan fwyaf o bobl sydd â chyflwr ar yr ysgyfaint, yn enwedig pobl sy'n byw efo asthma a chyflwr rhwystrol cronig yr ysgyfaint, mae defnyddio anadlydd llaw yn haws ac yr un mor effeithiol.

Mewn rhai amgylchiadau, er enghraifft os ydych chi'n byw efo ffibrosis systig, neu fronciectasis, efallai bydd eich gweithiwr iechyd proffesiynol yn trefnu i chi ddefnyddio nebiwleiddiwr yn eich cartref.

Beth yw nebiwleiddiwr?

Dyfais yw nebiwleiddiwr sy'n eich helpu chi i gymryd eich meddyginiaeth. Mae'n newid meddyginiaeth sydd ar ffurf hylif i fod yn anwedd mân. Yna rydych chi'n anadlu'r anwedd i mewn drwy fasg neu ddarn yn y geg.

Mae amryw o fathau gwahanol o nebiwleiddwyr ar gael, fel nebiwleiddwyr jet a nebiwleiddwyr uwchsonig. Gall nebiwleiddwyr uwchsonig fod yn ddrud ac yn aml ni chânt eu defnyddio tu allan i ysbytai.

Pryd caiff nebiwleiddwyr eu defnyddio?

Nebiwleiddwyr yw'r ffordd orau weithiau i roi dos o feddyginiaeth i rywun sy'n cael trafferth anadlu. Felly caiff nebiwleiddwyr fel arfer eu defnyddio mewn sefyllfaoedd brys i roi dos uchel o feddyginiaeth.

Maent hefyd yn ffordd o roi cyffuriau i bobl sy'n methu defnyddio dyfais arall, fel plant ifanc iawn.

Efallai bydd eich ymgynghorydd hefyd yn penderfynu trefnu nebiwleiddiwr i chi ei ddefnyddio yn eich cartref mewn rhai amgylchiadau.

Mae modd rhoi nifer o wahanol feddyginiaethau gan ddefnyddio nebiwleiddiwr, gan gynnwys hydoddiannau dŵr hallt a gwrthfotigau. Caiff meddyginiaeth fel arfer ei rhoi drwy fasg, ond mae rhai sgil effeithiau os bydd y feddyginiaeth yn mynd i mewn i'r llygaid, felly dim ond drwy roi darn yn y geg y gellir ei rhoi yn ddiogel.

Pwy all elwa o ddefnyddio nebiwleiddiwr?

Fel rhan o'ch triniaeth, efallai y cewch gynnig cael y cyffuriau drwy nebiwleiddiwr os oes gennych chi:

- [Clefyd rhwystrol cronig yr ysgyfaint](#) Nid oes tystiolaeth bod nebiwleiddwyr yn fwy effeithiol am roi cyffuriau nag anadlwyr sy'n cael eu dal yn eich llaw fel rhan o'ch triniaeth arferol. Ond efallai byddwch yn defnyddio nebiwleiddiwr yn yr ysbyty os gewch chi bwl drwg.
- [Bronciectasis](#) Gellir defnyddio nebiwleiddwyr i roi meddyginiaethau i helpu leihau tewdra eich fflem fel ei bod hi'n haws i chi besychu'r fflem, a rhoi gwrthfotigau os gewch chi haint bacterol.
- [Ffibrosis systig](#) Defnyddir nebiwleiddwyr i roi meddyginiaethau i reoli faint o fwcws sy'n hel a symptomau eraill os oes gennych chi ffibrosis systig.

Gellir defnyddio nebiwleiddwyr mewn gofal lliniarol ac i roi cyffuriau i blant ifanc iawn, fel plant sydd â bronciolitis feirydol.

Yn achos [asthma](#), mae'n annhebygol y cewch chi gynnig nebiwleiddiwr i'w ddefnyddio o ddydd i ddydd. Nid oes angen i'r rhan fwyaf o bobl sydd ag asthma ddefnyddio nebiwleiddiwr o ddydd i ddydd. Yn ôl y gwaith ymchwil diweddaraf, mae defnyddio anadlydd lleddfuo efo bylchwyr yn haws ac yr un mor effeithiol i drin ffurf ysgafn neu gymedrol ar asthma.

Drwy ddefnyddio bylchwyr, mae'n haws cael y dos cywir o feddyginiaeth o'ch anadlydd.

Mae bylchwyr yn fawr ac yn wag ac wedi'u gwneud o blastig fel arfer. Rydych chi'n gosod eich anadlydd ar un pen ac yn defnyddio'r darn ceg yn y pen arall. Wrth bwysio ar eich anadlydd i ryddhau eich meddyginiaeth, mae'r feddyginiaeth yn casglu yn siambr y bylchwyr, er mwyn i chi allu anadlu'r feddyginiaeth i mewn heb fod angen cael yr amseru a'r cyflymder yn hollol iawn. Mewn argyfwng, dylech fynd yn syth i'r ysbyty.

Alla' i gael nebiwleiddiwr i'w ddefnyddio gartref?

Mae meddyginiaethau sy'n cael eu defnyddio gyda nebiwleiddiwr yn gallu cael eu rhoi ar bresgripsiwn, ond nid yw'r nebiwleiddiwr ei hun wastad ar gael gan y GIG. Ond, os bydd eich ymgynghorydd neu'r clinig anadlu arbenigol yn penderfynu y byddech chi'n elwa o ddefnyddio nebiwleiddiwr yn eich cartref, efallai y gallant drefnu hyn i chi. Bydd y nebiwleiddiwr yn perthyn i'r ysbyty neu eich gwasanaeth anadlu cymunedol. Byddant yn gyfrifol am roi gwasanaeth iddo a'i gynnal a'i gadw.

Mewn rhai ardaloedd, efallai y bydd gwasanaeth anadlu lleol yn rhoi'r ddyfais yn rhad ac am ddim, ond os nad yw hyn yn opsiwn, efallai bydd rhaid i chi dalu am ddyfais.

Os bydd eich gweithiwr iechyd proffesiynol yn trefnu nebiwleiddiwr ar eich cyfer chi, mae'n bwysig iddo fo/iddi hi drefnu eich bod chi neu eich gofalwr yn dysgu sut i'w ddefnyddio. Dylai rhywun hefyd ddangos i chi sut i gymryd gofal ohono a gofalu ei fod yn gweithio'n iawn.

Yn ôl gwaith ymchwil, nid yw'n hawdd felly defnyddio nebiwleiddiwr i gael y canlyniadau gorau yn y cartref. Felly, gofalu fod gennych gynllun yr ydych chi wedi cytuno arno efo'ch gweithiwr iechyd ar bryd i ddefnyddio nebiwleiddiwr. Dylech hefyd drafod sgil effeithiau posibl. Dylai eich cynllun nodi beth i'w wneud mewn argyfwng, os bydd y nebiwleiddiwr yn torri, neu'n araf iawn.

Dim ond os yw eich gweithiwr iechyd proffesiynol wedi argymhell i chi gael nebiwleiddiwr yr ydym ni'n argymhell i chi ddefnyddio un yn eich cartref. Mae'n bwysig hefyd eich bod chi neu eich gofalwr wedi cael hyfforddiant ar ei ddefnyddio a'ch bod chi'n cael meddyginiaeth ar bresgripsiwn i'w defnyddio efo nebiwleiddiwr.

Sut ddylwn i ofalu am nebiwleiddiwr?

Dylech ddilyn y cyfarwyddiadau gan weithgynhyrchwr y nebiwleiddiwr.

Mae angen cynnal a chadw nebiwleiddiwr a'u glanhau. Os bydd eich gweithiwr gofal iechyd yn trefnu un ar eich cyfer chi, dylech chi gael gwybodaeth am hyn.

Mae'n syniad da glanhau eich nebiwleiddiwr pob diwrnod os ydych chi'n ei ddefnyddio'n rheolaidd. Ar ôl ei ddefnyddio pob tro, dylech ddatgysylltu, dadosod a golchi'r masg, y darn ceg a'r siambr mewn dŵr sebon cynnes. Dylech adael bopeth i sychu'n naturiol.

Dylid newid rhannau fel darnau ceg, masgiau a thiwbiau a siambr y nebiwleiddiwr yn rheolaidd, o leiaf pob tri i bedwar mis.

Er mwyn osgoi croes-heintio, peidiwch fyth â defnyddio darnau ceg, masgiau na thiwbiau pobl eraill.

Dylech hefyd ddefnyddio darn ceg neu fasg a thiwb gwahanol i wrthfotigau os gewch chi rai i'w defnyddio gyda nebiwleiddiwr ar ben y feddyginiaeth rydych chi eisoes yn ei chymryd drwy eich nebiwleiddiwr.

Teithio

Os bydd angen i chi gael nebiwleiddiwr pan fyddwch chi oddi cartref, dywedwch wrth eich gweithiwr gofal iechyd am eich cynlluniau teithio. Gallant ddweud wrthyfych chi sut i ofalu bod nebiwleiddiwr ar gael i chi a rhoi'r feddyginiaeth y bydd ei hangen arnoch chi ar bresgripsiwn.

Mae gennym wybodaeth fanylach am [fynd ar wyliau efo cyflwr ar yr ysgyfaint](#) yma. Cynllunio sy'n allweddol. Bydd angen i chi ofyn i'ch cwmni teithio a ydi hi'n iawn i chi fynd â nebiwleiddiwr yn eich bag llaw, a chofio mynd â rhestr efo chi o'r meddyginiaethau rydych chi'n eu cael ar bresgripsiwn.

Fersiwn 3

Adolygydd: Awst 2015

Adolygiad nesaf: Awst 2018.

Rydym yn croesawu ymateb i'n gwybodaeth. Er mwyn mynegi eich barn, ac am y fersiwn mwyaf diweddar o'r wybodaeth hon a chyfeiriadau, ffoniwch Linell Gymorth BLF neu ewch i www.blf.org.uk

© British Lung Foundation 2015

