

Eich emosiynau

Mae derbyn triniaeth am feichiogrwydd ectopig yn medru bod yn brofiad brawychus, llawn straen. Yn ogystal â'r straen gorfforol o dderbyn triniaeth, efallai y byddwch hefyd yn ei weld yn her i ddod i delerau'n emosiynol â'r hyn sydd wedi digwydd. Gall y cyfan fod yn anodd i'w brosesu ac i emosiynau ddod i'r wyneb. Mae pobl yn aml yn profi cymysgedd o emosiynau, ac mae hyn yn normal ac yn ddealladwy. Rhwch amser i chi'ch hun i wella'n gorfforol, yn seicolegol ac yn emosiynol.

I'r rhan fwyaf o bobl, wedi iddyn nhw fod trwy brofiad anodd, mae'n ymateb naturiol i geisio deall beth sydd wedi digwydd a pham eu bod wedi cael beichiogrwydd ectopig. Mae ceisio deall pam yn rhwystredig iawn oherwydd nad oes atebion digonol yn aml, neu hyd yn oed ddim atebion o gwbl.

Mae rhai'n teimlo'n euog gan feio'u hunain am 'achosi' y beichiogrwydd ectopig, neu gyfrannu ato. Mae'n bwysig cydnabod nad oedd dim y medrwch chi fod wedi'i wneud er mwyn rhwystro'r beichiogrwydd ectopig rhag digwydd, ac nad oes bai arnoch chi.

Doedd dim dewis arall gennych heblaw derbyn triniaeth am y beichiogrwydd ectopig; byddai eich bywyd mewn peryg petaech chi heb dderbyn y driniaeth.

Am dros hanner yr achosion o feichiogrwydd ectopig yn y DU, does dim ffactorau na risgiau gwybyddus allai achosi'r beichiogrwydd ectopig.

Emosiynau eich partner

Gall partneriaid gael eu heffeithio gan feichiogrwydd ectopig. Yn ogystal â cheisio prosesu beth sydd wedi digwydd, gall eich partner fod yn ceisio eich cefnogi wedi iddo eich gweld chi'n mynd trwy brofiad hynod anodd, yn gorfforol ac emosiynol.

Efallai nad oedd eich partner wedi teimlo cyswllt â'r beichiogrwydd.

Efallai eu bod yn ceisio ymdopi â'u hymateb emosiynol eu hunain o fod wedi colli'r beichiogrwydd, ac yn gweld eich trawma emosiynol a chorfforol chi. I rai, gall sylw'r partner fod arnoch chi yn hytrach na'r beichiogrwydd a gollwyd a gall hyn greu anghytundeb.

Weithiau bydd eich partner yn ei chael hi'n anodd i ddeall eich teimladau, ac efallai y byddwch yn teimlo nad yw eich partner yn eich cynnal yn y ffordd yr hoffech gael eich cynnal.

Gall partneriaid geisio 'trwsio'r sefyllfa' neu osgoi trafod beth sydd wedi digwydd, neu godi'r pwnc poenus. Nid yw hyn am nad ydyn nhw'n hidio amdanoch ond yn hytrach am eu bod am 'wneud pethau'n well'. Gyda rhan fwyaf o'r sylw'n cael ei roi i chi, gall eich partner deimlo ei fod ar ei golled, wedi'i anwybyddu. Gall partneriaid profi trafferthion seicolegol, megis straen ôl-drawmatig, yn dilyn beichiogrwydd ectopig.

Mae'n bwysig eich bod, pan fyddwch yn teimlo y medrwch, yn siarad â'ch partner am eich teimladau chi ac am deimladau'ch partner. Rydym yma hefyd i gefnogi partneriaid drwy'r profiad hynod anodd o feichiogrwydd ectopig.

Sut gall yr Ymddiriedolaeth Beichiogrwydd Ectopig eich cefnogi

Mae'r Ymddiriedolaeth Beichiogrwydd Ectopig yn darparu gwybodaeth a chefnogaeth i'r rheini sy'n colli plentyn yn gynnar yn y groth, drwy feichiogrwydd ectopig.

Mae sawl un ohonom yn yr YBE wedi bod trwy drawma beichiogrwydd ectopig ac felly ry'n ni'n deall sut ydych chi a'ch câr yn teimlo, ac yn medru dangos empathi. Efallai eich bod yn teimlo'n ddryslud, yn unig ac wedi'ch llorio. Mae'n bosib fod gennych gwestiynau am y profiad a beth i'w ddisgwyl yn y dyfodol, yn gorfforol ac yn emosiynol. Rydym yma i'ch cefnogi.

Mae gan ein gwefan wybodaeth bellach ar wella'n gorfforol ac emosiynol ar ôl beichiogrwydd ectopig. Mae gan y wefan gynnwys sydd wedi'i wirio'n feddygol ac mae hefyd yn cynnwys gwybodaeth ar ein gwahanol gwasanaeth lle mae modd i chi rannu eich profiadau a holi cwestiynau. Os ydych yn meddwl y gallwn eich helpu, edrychwch ar ein gwefan, anfon ebost neu alw.

Ewch i ectopic.org.uk am fwy o wybodaeth a chefnogaeth.



Rheolaeth Lawfeddygol

Surgical Management

The
Ectopic
Pregnancy
Trust



Publication date: November 2021

Website: ectopic.org.uk

Helpline: 020 7733 2653

Email: ept@ectopic.org.uk

Registered charity number: 1071811



Registered with
FUNDRAISING
REGULATOR



The
Ectopic
Pregnancy
Trust



For healthcare professionals: To request further leaflets, please contact leaflets@ectopic.org.uk or call 020 7096 1838 or text to 07537 416085



Mae'n flin gennym fod eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol wedi rhoi gwybod i chi fod gennych feichiogrwydd ectopig. Gall fod yn gyfnod anodd yn emosiynol ac yn gorfforol, ac mae'n bosib y bydd gennych rai cwestiynau am eich triniaeth ac am yr hyn sy'n digwydd i chi. Mae nifer o ffyrdd y gellir trin beichiogrwydd ectopig, felly, yn y daflen hon, rydym yn rhoi sylw'n benodol i gwestiynau sy'n ymwneud â rheolaeth lawfeddygol beichiogrwydd ectopig.

Mae mwy o wybodaeth a chefnogaeth ar www.ectopic.org.uk

Beth yw rheolaeth lawfeddygol?

Rheolaeth lawfeddygol yw'r math o driniaeth mwyaf sefydledig, ac mae'n golygu cael llawdriniaeth i dynnu'r beichiogrwydd ectopig tra eich bod o dan anesthetig cyffredinol.

Os yw'r hormon sy'n cael ei gynhyrchu gan y beichiogrwydd (beta hCG) yn uchel, y beichiogrwydd ectopig yn fawr, neu bod gwaedu mewnol sylweddol wedi cael ei weld ar eich sgan, all y meddygon ddim ystyried triniaethau sy'n creu llai o archoll oherwydd gall hyn effeithio'n syth ar eich iechyd, ac felly mae'n bosib mai llawdriniaeth yw'r unig ddewis. Gellir gwneud llawdriniaeth hefyd os nad yw'r rheolaeth feddygol wedi bod yn effeithiol.

Pryd mae llawdriniaeth yn fwyaf addas?

Bydd meddygon yn awgrymu mai llawdriniaeth i dynnu'r beichiogrwydd ectopig yw'r driniaeth orau i chi:

- Os yw'r hormon sy'n cael ei

gynhyrchu gan y beichiogrwydd (beta hCG) yn uchel

- Os yw'r beichiogrwydd ectopig yn fawr
- Os oes gwaedu mewnol sylweddol wedi cael ei weld ar eich sgan.

Os oes gennych un o'r symtomau hyn, ni all y meddygon awgrymu triniaeth sy'n creu llai o archoll oherwydd gall hyn effeithio ar eich iechyd.

Beth fydd natur y llawdriniaeth?

Yn hanesyddol, byddai laparotomi yn cael ei gyflawni, sef toriad agored ar ran isa'r abdomen, uwchben y llinell ficini. Weithiau mae angen cyflawni'r math hwn o lawdriniaeth os oes gwaedu mewnol trwm, rhwyg, neu lawer o feinwe craith. Gwneir y llawdriniaeth hon mewn sefyllfa o argyfwng.

Yn y rhan fwyaf o achosion, llawdriniaeth o'r enw laparoscopi fydd yn cael ei gwneud, neu lawdriniaeth twll clo, lle mae camera'n cael ei roi yn y botwm bol, ac offer y llawdriniaeth yn cael eu rhoi drwy ddau doriad bach yn rhan isaf yr abdomen. Bydd ychydig o nwy yn cael ei roi yng ngofod yr abdomen er mwyn ei chwyddo, fel bod y llawfeddyg yn medru gweld y tu mewn i'r abdomen.

Mae'r ddau dull yn caniatáu i'r llawfeddyg weld y tu mewn i'r abdomen, ond mae llawdriniaeth twll clo yn golygu bod y claf yn gwella'n gynt. Os oes gwaedu trwm, gall fod angen trallwysiad gwaed.

Sut fydd y beichiogrwydd ectopig yn cael ei drin?

Y mae dau lwybr posib gan y llawfeddyg, felly, a bydd y dewis yn dibynnu ar y niwed i'r tiwb Ffalopaidd a chyflwr y tiwb Ffalopaidd arall. Os yw'r tiwb Ffalopaidd fel y mae disgwyl iddo fod, y driniaeth fwyaf tebygol yw tynnu'r tiwb Ffalopaidd gyda'r beichiogrwydd ectopig (salpingectomy). Os nad yw'r tiwb Ffalopaidd arall fel y mae disgwyl iddo fod, yna'r driniaeth fwyaf tebygol yw tynnu'r beichiogrwydd ectopig o'r tiwb Ffalopaidd drwy wneud toriad bychan, gan adael y tiwb yn ei le (salpingotomy).

Gwaetha'r modd, fodd bynnag, nid yw bob tro'n bosib gwneud salpingotomi os oes yna bryderon am y tiwb Ffalopaidd arall. Gyda salpingotomi mae risg bychan fod peth o feinwe'r beichiogrwydd yn aros yn y tiwb Ffalopaidd. Fe'ch cynghorir i gael profion gwaed misol i fonitro lefelau'r hCG wrth iddyn nhw ostwng a gweld a yw'r beichiogrwydd wedi'i sortio. Mewn nifer bychan o achosion gall fod angen defnyddio cyffur o'r enw methotrexate, neu lawdriniaeth bellach os nad yw'r lefelau hCG yn gostwng.

Dylai eich tîm meddygol drafod beth sy'n digwydd i'r beichiogrwydd sydd wedi ei dynnu. Fel arfer, anfonir meinwe'r beichiogrwydd i labordy i'w harchwilio – histopatholeg – er mwyn edrych am fath prin o feichiogrwydd, sef beichiogrwydd molar. Wedi i'r labordy wneud hyn bydd y gweddillion yn cael eu gwaredu'n sensitif, yn unol â'ch dymuniad chi a'r hyn sydd ar gael yn yr ysbyty.

Am ba hyd bydd angen i mi aros yn yr ysbyty?

Mae'n debygol y byddwch yn aros yn yr ysbyty am un diwrnod, neu ddau o bosib, wedi llawdriniaeth twll clo, neu am ddau neu dri diwrnod wedi triniaeth laparotomi (toriad i ran isaf y stumog).

Os mai rhesws negyddol yw eich grŵp gwaed yna byddwch yn derbyn brechiad gwrth-D er mwyn gofalu na fydd eich babanod yn y dyfodol yn anemig yn ystod y beichiogrwydd.

Pan fyddwch yn cael eich anfon o'r ysbyty, bydd staff y ward yn rhoi cyngor i chi ar sut i ofalu amdanoch chi'ch hun, ar ymarfer corff a diet. Mae'r pwythau fel arfer yn rhai toddadwy a dylent ddiflannu'n llwyr ar ôl wythnos. Gall rhai doddi'n arafach ac os yw'r rhain yn drafferthus mae modd eu tynnu ar ôl wythnos. Mae gennych hawl i ofyn am gopi o nodiadau'ch triniaeth at eich defnydd personol. Gall fod yn ddefnyddiol i gadw'r rhain rhag ofn y byddwch yn symud i ysbyty arall rywdro yn y dyfodol fel y medrwch eu rhannu â'ch tîm meddygol.

Sut fydd fy meddygon yn fy monitro?

Os cawsoch driniaeth salpingotomi, gyda'r tiwb Ffalopaidd yn aros yn ei le, os oedd ansicrwydd a dynnwyd y cyfan o feinwe'r beichiogrwydd, bydd y meddygon fel arfer yn profi'ch lefelau hCG er mwyn sicrhau eu bod yn gostwng. Yn yr achos hwn, gall fod angen i'ch lefelau hCG gael eu profi eto ar ôl wythnos, ac wedi hynny, o bosib.

Os cawsoch chi driniaeth salpingectomy (sef tynnu'r tiwb Ffalopaidd), does dim angen monitro pellach. Weithiau, nid oes meinwe frychol i'w gweld wrth archwilio'r tiwn Ffalopaidd o dan y microsgop ac yn yr

achos hwnnw bydd angen i chi gael prawf gwaed o ran eich lefelau hCG os yw canlyniad eich prawf beichiogrwydd yn dal yn bositif. Mae hyn hefyd er mwyn sicrhau fod y beichiogrwydd ectopig wedi'i dynnu'n llwyr.

Bydd rhai ysbytai yn gofyn i chi ddod am apwyntiad fel claf allanol ar ôl tua 6 wythnos wedi'r llawdriniaeth er mwyn sicrhau fod yr abdomen wedi gwella'n llwyr, ac i ateb unrhyw gwestiwn fydd gennych. Os na chynigir apwyntiad i chi, bydd eich meddyg lleol am eich gweld wedi 6 wythnos, neu cyn i chi ddychwelyd i'r gwaith, er mwyn gofalu eich bod yn gwella ar ôl y driniaeth.

Sut fydda i'n teimlo ar ôl y driniaeth?

Mae'r rhan fwyaf o bobl yn cael poenau yn ystod 1–2 wythnos wedi'r llawdriniaeth. Mae modd trin y rhain â phoenladdwyr.

Byddwch yn teimlo'n flinedig, yn enwedig os gwnaethoch chi golli tipyn o waed yn ystod y driniaeth. Os cawsoch drallwysiad gwaed, mae'n bosib y cynigir tabledi haearn i chi fydd yn troi eich carthion yn ddu ac felly y byddwch yn teimlo braidd yn rhwym.

Os cawsoch driniaeth twll clo, mae'n debyg y teimlwch fod eich stumog wedi chwyddo, a phoen fel gwynt yn eich bol. Y nwy a ddefnyddir yn ystod y llawdriniaeth yw achos hyn.

Beth alla i ei wneud i helpu fy hun i wella wedi'r driniaeth?

Yn y dyddiau cyntaf wedi'r llawdriniaeth, mae'n bwysig i symud gyda gofal. Gwnewch yn siŵr eich bod yn cerdded o gwmpas yn rheolaidd gan

gynyddu'r pellter ychydig bob dydd. Bydd eich nyrs yn eich cynghori ar sut i ddod i ymdopi â manau eich clwyfau, er enghraifft os yw'r pwythau'n doddadwy neu a oes angen i chi ddychwelyd er mwyn eu tynnu, a phryd i wneud hynny.

Cadwch fan y clwyf yn lân. Gallwch gael cawod yn rheolaidd ac mae'n ddiogel i chi gael bath 48 awr ar ôl y llawdriniaeth heblaw eich bod wedi cael cyngor fel arall. Mae'n syniad da gofalu bod rhywun gyda chi yn y tŷ wrth i chi gael eich bath cyntaf, rhag ofn y byddwch angen help i godi o'r dŵr.

Ni ddylech godi dim byd trwm na gwneud gwaith tŷ egniol am ryw bythefnos wedi'r driniaeth, a dim ond gwneud ymarfer corff cymedrol fel cerdded, neu nofio o bosib, pan fo'r clwyfau wedi gwella.

Bydd staff yr ysbyty hefyd yn medru'ch cynghori ynglŷn ag ymarferion llawr y pelfis (Kegel), gan y bydd y rhain yn eich helpu i gryfhau a thynhau'r stumog a'r bledren yn yr wythnosau dilynol.

Yn y dyddiau cyntaf, mae'n bwysig cymryd y poenladdwyr sydd wedi eu pennu ar eich cyfer; bydd rhain yn helpu i chi ymdopi â'r boen a theimlo'n fwy esmwyth ar ôl y driniaeth.

Mae'r rhan fwyaf o bobl yn cymryd amser o'r gwaith yn y lle cyntaf, heb ddychwelyd am o leiaf bythefnos er mwyn rhoi cyfle i'w cyrff a'u hemosiynau wella wedi'r driniaeth twll clo, ac mae'r cyfnod yma'n estyn hyd at 6 wythnos yn dilyn llawdriniaeth fawr ar yr abdomen. Mae gan ein gwefan wybodaeth am feichiogrwydd ectopig a'r gweithle.

