WHC/2018/021

CYLCHLYTHYR IECHYD CYMRU

Dyddiad Cyhoeddi: 1 Mehefin 2018

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

STATWS: GWEITHREDU

CATEGORI: IECHYD CYHOEDDUS

Teitl: Codi ymwybyddiaeth o glefyd Lyme a sicrhau diagnosis a thriniaeth brydlon a chyson

Dyddiad Dod i Ben / Dyddiad yr Adolygiad: Amh.

I'w weithredu gan:
Prif Weithredwyr – Byrddau Iechyd ac Ymddiriedolaethau GIG
Er gwybodaeth:
Cyfarwyddwr Diogelu'r Cyhoedd yn yr Awdurdodau Lleol

Angen gweithredu erbyn:
Cyn gynted ag sy'n ymarferol bosib.

Anfonwr: Dr Frank Atherton, Prif Swyddog Meddygol/Cyfarwyddwr Meddygol y GIG yng Nghymru

Enw Cyswllt GIGC Llywodraeth Cymru:
Y Gangen Polisi a Deddfwriaeth Amddiffyn Iechyd, Yr Is-adran Iechyd Cyhoeddus, Llywodraeth Cymru, Parc Cathays, Caerdydd. CF10 3NQ
E-bost: HealthProtection@llyw.cymru Ffôn: 03000 604400

Dogfen amgaeedig: Llythyr gan Brif Swyddog Meddygol Cymru

Annwyl Gydweithwyr,

Codi ymwybyddiaeth o glefyd Lyme a sicrhau diagnosis a thriniaeth brydlon a chyson

Crynodeb

Haint bacteriol milheintiol yw clefyd Lyme sy'n gallu ymledu i bobl ar ôl i rywun gael ei frathu gan drogen wedi'i heintio. Er nad yw'r rhan fwyaf o frathiadau trogen yn achosi clefyd Lyme, dylai pawb fod yn ymwybodol o'r peryglon posib.

Yng Nghymru, fel yng ngweddill y DU, mae achosion o glefyd Lyme a gadarnhawyd gan labordai wedi cynyddu dros y blynyddoedd diwethaf – diolch i adroddiadau gwell, mwy o brofion diagnostig a mwy o ymwybyddiaeth ymhlith y cyhoedd a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol. Ond mae angen gwella ymwybyddiaeth a gofal o hyd.

Mwy am glefyd Lyme

Trogen fach iawn, tebyg i gorryn, yw'r *Ixodes ricinus* (gelwir hefyd yn hisleuen) sy'n gyffredin ar rostir, gweundir a choedwigoedd, yn enwedig yng nghanol glaswellt hir, ond hefyd mewn parcdir trefol. Mae'r trogod yn porthi ar waed adar, trychfilod a mamaliaid eraill, gan gynnwys pobl. Mae trogod sy'n cario'r bacteria sy'n achosi clefyd Lyme i'w gweld ledled y DU, tir mawr Ewrop a Gogledd America, ond nid yw pob trogen yn cario haint Lyme (spirochaete *Borrelia burgdorferi)*.

Ymwybyddiaeth y cyhoedd

Mae ymwybyddiaeth y cyhoedd o frathiadau trogod a'r potensial o ddal clefyd Lyme yn hollbwysig. Mae taflen wybodaeth newydd i'r cyhoedd ar gael o wefan Iechyd Cyhoeddus Cymru:
http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/tudalen/44194
ac ar wefan Galw Iechyd Cymru
http://www.nhsdirect.wales.nhs.uk/encyclopaedia/l/article/lymedisease/

Ffordd gywir o gael gwared ar drogod

Mae cael gwared ar drogod yn gyflym a chywir o fewn 24 awr yn hollbwysig oherwydd yn ôl tystiolaeth, hira'n byd mae trogen yn bwydo, mwya'n byd y perygl o drosglwyddo clefyd Lyme. Dylai gweithwyr iechyd proffesiynol wybod sut i gael gwared ar drogen yn gywir.

Diagnosis

Mae brathiadau trogod yn fwyaf tebygol o ddigwydd ddiwedd y gwanwyn, dechrau'r haf a'r hydref, gan mai dyma'r adegau porthi prysuraf i'r trogod a'r

adeg pan mae pobl yn fwyaf tebygol o wneud gweithgareddau awyr agored, gan gynnwys cerdded a gwersylla; er y gallech gael eich brathu gan drogen unrhyw adeg o'r flwyddyn. Mae hanes o fod yn agored i amgylcheddau 'trogod' yn y DU, neu dramor, yn bwysig er mwyn pennu diagnosis o glefyd Lyme gan nad pawb sy'n ymwybodol o frathiad trogen. Mae trogod yn dueddol o hoffi rhannau cynnes, llaith o'r corff er mwyn glynu'n hirdymor, ac mae'n hawdd eu methu. Efallai y bydd rhai sydd â chysylltiad agos â'r amgylchedd, yn rhinwedd eu swydd neu weithgareddau hamdden, mewn perygl penodol o gael eu heintio.

O ran pobl sy'n datblygu clefyd Lyme, y symptom mwyaf cyffredin – a'r unig symptom weithiau – yw brech pinc neu goch sy'n ymledu'n raddol (erythema migrans) o'r man brathu. Mae'r frech fel arfer yn ymddangos 3 i 10 diwrnod wedi'r brathiad; ond weithiau does dim arwyddion o gwbl. Gallai'r frech ymledu i ran sylweddol o'r corff a phara am wythnosau os na chaiff ei thrin.

Efallai y bydd rhai cleifion yn dioddef symptomau ysbeidiol ac amhenodol tebyg i'r ffliw yn ystod wythnosau cynta'r haint, gyda thymheredd uchel, anhwylder, poenau yn y cyhyrau a'r cymalau, ond heb symptomau anadlu sylweddol (yn wahanol i'r ffliw). Gall symptomau mwy difrifol ddatblygu wythnosau neu fisoedd lawer wedyn os na chaiff clefyd Lyme ei drin, neu os na fydd y claf yn cychwyn triniaeth yn gynnar. Gall hefyd ddangos arwyddion lymffosytoma, arwyddion niwrolegol fel parlys wynebol, llid yr ymennydd firaol, radicwlopathi (llid nerfol poenus), arthritis a llid ar y galon neu rwystr ar y galon.

Profi

Yma yng Nghymru, cynhelir profion yn labordy Iechyd Cyhoeddus Cymru yng Nghaerdydd. Profion serolegol dau gam wedi'u dilysu'n rhyngwladol yw'r rhain, cyn cael eu hatgyfeirio i labordy cyfeirio'r DU er mwyn cael cadarnhad o'r holl ganlyniadau positif neu amwys. Mae'n bwysig bod y manylion clinigol perthnasol yn cyd-fynd ag unrhyw gais am brawf, fel bod modd profi samplau'n briodol. Gallai'r prawf serolegol cychwynnol fod yn negyddol os nad yw adwaith y gwrthgorffyn wedi'i bennu neu os yw wedi'i atal gan ddefnydd cynnar o wrthfiotigau. Os yw'r prawf cychwynnol yn negyddol, rhaid cynnal prawf arall ar ôl 4-6 wythnos.

Triniaeth

Mae modd trin clefyd Lyme yn effeithiol â gwrthfiotigau os caiff ei ganfod mewn da bryd
https://www.bmj.com/content/361/bmj.k1261/infographic

Cofnodion

Cafodd system well o oruchwylio clefyd Lyme yng Nghymru a Lloegr ei chyflwyno ym 1996 er mwyn gwella lefelau adrodd a chofnodi, ac er mwyn casglu gwybodaeth glinigol ac epidemiolegol ychwanegol ar achosion. Cofiwch sicrhau bod achosion o glefyd Lyme yn cael eu hadrodd i Iechyd Cyhoeddus Cymru trwy ffonio: **0300 00 300 32**.

<u>Canllawiau'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE)</u>

Mae NICE wedi datblygu canllawiau ar glefyd NICE, sy'n cynnwys argymhellion ar gyfer codi ymwybyddiaeth, diagnosis, rheoli a gwybodaeth i gleifion. Mae'r canllawiau ar gael ar wefan NICE erbyn hyn: https://www.nice.org.uk/guidance/ng95.
Ceir crynodeb o'r canllawiau ar wefan BMJ: http://bit.ly/BMJlymeNG.

Byddwn yn ddiolchgar pe baech yn sicrhau bod gweithwyr iechyd proffesiynol, yn enwedig meddygon teulu a rhai sy'n gweithio mewn adran ddamweiniau ac achosion brys yn ymwybodol o'r canllawiau hyn, fel eu bod yn gwybod sut i gael gwared ar drogod yn gywir, adnabod y symptomau posib, deall trefniadau profi a chofnodi achosion er mwyn cynnal gwaith monitro cenedlaethol.

Yn gywir

Dr Frank Atherton
Prif Swyddog Meddygol/Cyfarwyddwr Meddygol y GIG yng Nghymru