

Gwybodaeth i oedolion sy'n gludyddion haemoglobinopathïau

Rydych chi'n **gludydd cryman-gell**

Mae canlyniad eich prawf yn dangos: cludydd haemoglobin S
(Hb AS)

Beth yw canlyniad fy mhrawf?

Yr enw ar y sylwedd yn eich gwaed sy'n cario ocsigen o amgylch eich corff yw haemoglobin. Cawsoch brawf gwaed yn ddiweddar i wirio pa fath o haemoglobin sydd gennych. **Mae canlyniad eich prawf yn dangos eich bod yn iach** – nid oes angen i chi boeni eich bod yn sâl.

Ond mae'r canlyniad yn dangos eich bod yn cario clefyd cryman-gell (yn gludydd, ac mae rhai pobl yn ei alw'n 'bod â nodwedd neu dueddiad').

Mae gwybodaeth yn y daflen yma am fod yn gludydd, a beth mae hyn yn ei olygu i chi ac i'ch teulu.

Beth yw cludydd cryman-gell?

Yn achos pob un o'r nodweddion rydych chi wedi'u hetifeddu, rydych chi wedi cael un genyn oddi wrth eich mam fiolegol ac un genyn oddi wrth eich tad biolegol. Mae'ch genynnau'n rheoli, er enghraifft, lliw eich croen, lliw eich gwallt a lliw eich llygaid.

Mae'ch genynnau hefyd yn rheoli'r math o haemoglobin rydych chi'n ei etifeddu. Mae'r math arferol o haemoglobin yn cael ei alw'n 'A'.

Rydych chi wedi etifeddu'r math arferol A o haemoglobin oddi wrth un o'ch rhieni, a genyn sy'n gwneud math anarferol o haemoglobin (cryman-gell yn eich achos chi) oddi wrth y rhiant arall. Rydyn ni'n dweud bod y math yma o berson yn gludydd cryman-gell.

Am eich bod wedi etifeddu'r math arferol A o haemoglobin oddi wrth un o'ch rhieni, rydych chi'n iach. Ni fyddwch chi byth yn datblygu anhwylder

haemoglobin. Ond mae posibilrwydd y gallech chi drosglwyddo'r genyn am gryman-gell i'ch plant.

Sut mae canlyniad fy mhrawf yn cael ei ysgrifennu?

Mae'r math o haemoglobin rydych chi wedi'i etifeddu'n cael ei ysgrifennu fel:

Hb AS (neu fel cludydd cryman-gell neu gludydd haemoglobin S).

Mae'r llythrennau 'Hb' yn golygu haemoglobin.

Mae'r llythyren 'A' yn dangos eich math arferol o haemoglobin.

Mae'r llythyren 'S' yn dangos eich math anarferol (cryman-gell) o haemoglobin.

Beth mae'r canlyniad yma'n ei olygu i mi?

Mae dau reswm pam mae angen i chi ddeall beth yw ystyr bod yn gludydd cryman-gell.

Y rheswm cyntaf yw y dylech chi fod yn gwybod am y risg o drosglwyddo'r genyn am gryman-gell i'ch plant. Rydyn ni'n mynd ati yn y tudalennau nesaf i esbonio hyn.

Yr ail reswm yw y gallech chi gael rhai problemau iechyd, mewn sefyllfaoedd prin iawn.

Problemau iechyd prin

Nid yw bod yn gludydd cryman-gell yn eich gwneud chi'n sâl. O ddydd i ddydd, rydych chi'r un mor iach ag unrhyw un arall.

Yr unig adeg pan y gallai problemau godi yw sefyllfaoedd lle y gallech chi fod yn brin o ocsigen. Ymhlith y sefyllfaoedd yma mae:

- **Yn ystod anaesthetic cyffredinol.** Os oes angen anaesthetic cyffredinol arnoch chi, dylech chi ddweud wrth y staff meddygol eich bod yn cario cryman-gell, er mwyn iddyn nhw wneud yn siŵr eich bod bob amser yn cael digon o ocsigen. **Dylech chi wirio bod triniaeth feddygol lawn**

wrth gefn mewn unrhyw sefyllfa lle'r ydych chi'n cael anaesthetig cyffredinol (er enghraifft, yn ystod triniaeth gan ddeintydd).

- **Wrth wneud chwaraeon eithafol fel deifio mewn cefnforoedd.** Os ydych chi'n gwneud y math yma o chwaraeon, dylech chi ofalu nad ydych chi byth yn mynd yn brin o ocsigen.
 - **Os ydych chi'n gwneud gweithgareddau athletaidd dwys yn rheolaidd,** dylech chi yfed digon o hylifau wrth hyfforddi, ac osgoi blino'n ormodol.
- Heblaw am y sefyllfaoedd prin iawn yma, gallwch chi fyw bywyd hollol normal fel rhywun sy'n cario cryman-gell.

Beth allai fy nghanlyniad ei olygu i fy mhlant?

Fel cludydd, mae posibilrwydd y gallech chi drosglwyddo'r genyn am gryman-gell i unrhyw blant byddwch chi'n eu cael. Dim ond y rhieni biolegol sy'n gallu trosglwyddo'r wybodaeth enetig yma i'w plant.

Os byddwch chi'n cael plentyn gyda phartner sydd â'r math arferol AA o haemoglobin, mae 2 siawns o bob 4 (50%) y gallai eich plentyn fod yn gludydd (fel chi).

Os byddwch chi'n cael plentyn gyda phartner sydd hefyd yn **gludydd cryman-gell (haemoglobin AS)**, mae 1 siawns o bob 4 (25%) y gallai eich plentyn etifeddu anaemia cryman-gell (sydd hefyd yn cael ei alw'n glefyd cryman-gell). Mae hwn yn gyflwr difrifol ac mae esboniad ohono ar y tudalennau nesaf.

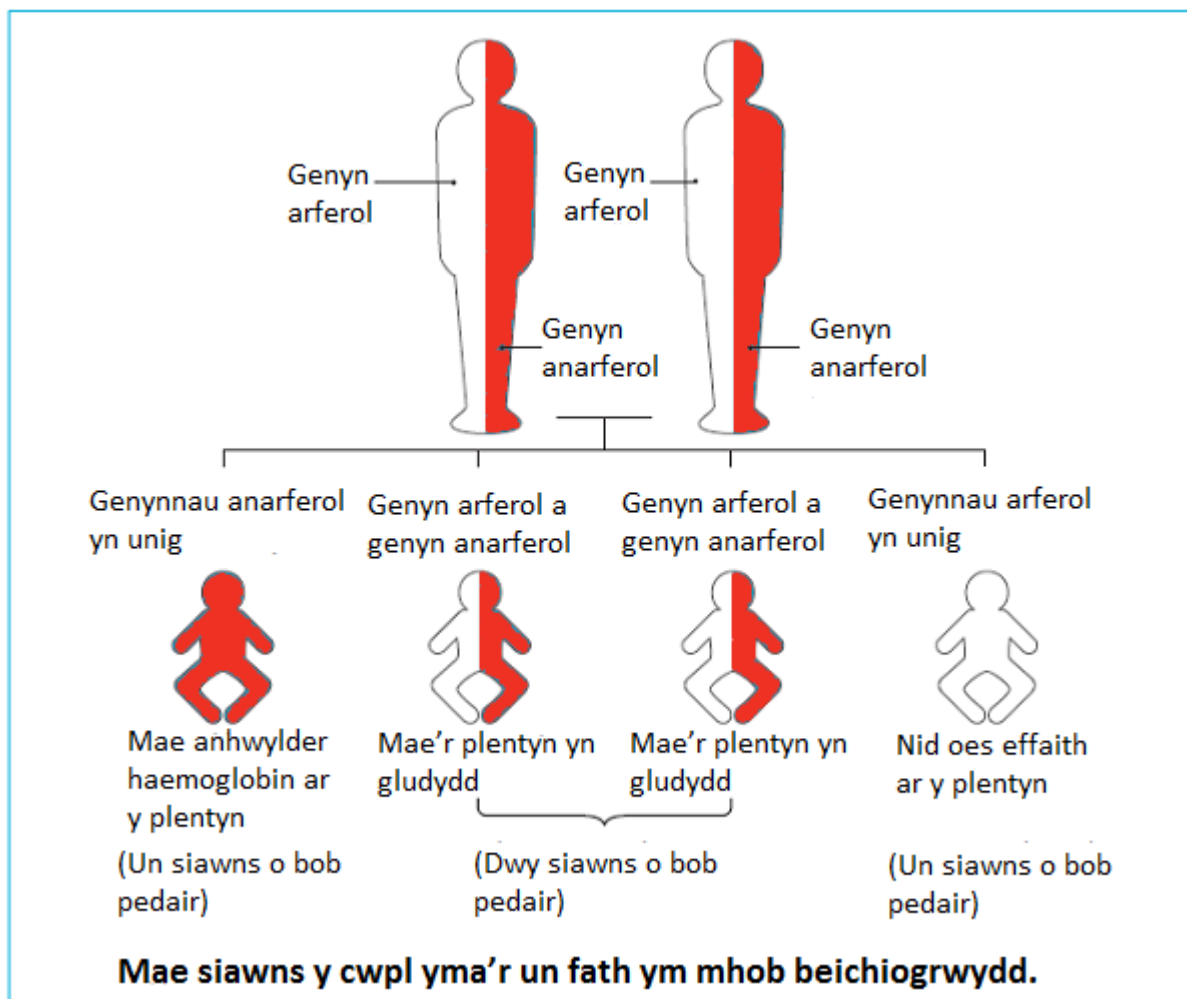
Os byddwch chi'n cael plentyn gyda phartner sy'n cario genyn am **unrhyw fath arall o haemoglobin anarferol**, mae 1 siawns o bob 4 (25%) y gallai eich plentyn etifeddu math arall o glefyd cryman-gell). Y math o enynnau sy'n cael eu hetifeddu fydd yn pennu pa mor ddifrifol yw'r cyflwr.

Dim ond os bydd wedi cael prawf gwaed penodol i wirio'i statws y bydd eich partner yn gwybod a yw'n gludydd neu beidio. Bydd darpar dadau'n cael cyfle i gael y prawf gwaed yma pan fydd prawf sgrinio cyn-genï wedi dangos bod y fam yn gludydd.

Ond mae croeso i ddynion a menywod ofyn am brawf ar unrhyw adeg ym meddygfa eu meddyg teulu neu yn y ganolfan agosaf sy'n arbenigo ar gryman-gell a thalasaemia.

Mae diagram yn dilyn o enghraifft o'r ffordd y mae'r broses o etifeddu haemoglobin yn gweithio.

Mae'r ddau riant yn gludyddion. Mae'r fam a'r tad wedi'u lliwio'n wyn ac yn goch – mae'r lliw gwyn yn dangos un genyn arferol yn yr haemoglobin a'r lliw coch yn dangos un genyn anarferol.



Pa fath o anhwylder allai fy mhlentyn ei etifeddu?

Mae amryw o fathau o anhwylderau haemoglobin. Mae rhai'n fwy difrifol nag eraill. Yr enw ar yr anhwylderau mwyaf difrifol yw clefyd cryman-gell. Bydd angen gofal arbenigol ar bobl sydd â'r cyflyrau yma, drwy gydol eu hoes.

Mae'r math o anhwylder y gallai eich plentyn ei etifeddu'n dibynnu ar y mathau o haemoglobin sydd gan y ddau riant biolegol. Mae'r siart ar dudalen 14 yn dangos cyfuniad o wahanol gludyddion a'r cyflwr y gallai eich plentyn ei etifeddu. Dim ond y mathau mwyaf cyffredin o gludyddion yng Nghymru sydd i'w gweld yn y siart, a'r mathau pwysicaf o gyflyrau. Mae'r mathau mwyaf difrifol o gyflyrau wedi'u dangos mewn lliw coch.

Rydych chi'n gludydd cryman-gell (haemoglobin S).

Os yw'ch partner yn cario haemoglobin S (Hb AS) (cludydd cryman-gell)	Mae siawns o 25% (un o bob pedair siawns) y gallai eich plentyn etifeddu anaemia cryman-gell (Hb SS).	Math o glefyd cryman-gell yw hwn. Mae'n glefyd difrifol fel arfer, a bydd angen triniaeth reolaidd.
Os yw'ch partner yn cario thalasaemia beta (cludydd thalasaemia β)	Mae siawns o 25% (un o bob pedair siawns) y gallai eich plentyn etifeddu haemoglobin S/thalasaemia beta.	Math o glefyd cryman-gell yw hwn. Mae'n gallu bod yn glefyd difrifol, cymedrol neu ysgafn a bydd angen triniaeth reolaidd.
Os yw'ch partner yn cario thalasaemia beta delta (cludydd thalasaemia $\beta\delta$)	Mae siawns o 25% (un o bob pedair siawns) y gallai eich plentyn etifeddu haemoglobin S/thalasaemia beta delta.	Math o glefyd cryman-gell yw hwn. Mae'n glefyd difrifol fel arfer, a bydd angen triniaeth reolaidd.
Os yw'ch partner yn cario haemoglobin C (Hb AC)	Mae siawns o 25% (un o bob pedair siawns) y gallai eich plentyn etifeddu anhwylder haemoglobin S/C.	Math o glefyd cryman-gell yw hwn. Mae'n gallu bod yn glefyd difrifol neu gymedrol a bydd angen triniaeth reolaidd.
Os yw'ch partner yn cario haemoglobin D^{Punjab} (Hb AD^{Punjab})	Mae siawns o 25% (un o bob pedair siawns) y gallai eich plentyn etifeddu anhwylder haemoglobin S/D ^{Punjab} .	Math o glefyd cryman-gell yw hwn. Mae'n glefyd difrifol fel arfer, a bydd angen triniaeth reolaidd.
Os yw'ch partner yn cario haemoglobin E (Hb AE)	Mae siawns o 25% (un o bob pedair siawns) y gallai eich plentyn etifeddu haemoglobin S/E.	Math o glefyd cryman-gell yw hwn. Mae'n glefyd difrifol fel arfer, a bydd angen triniaeth reolaidd.
Os yw'ch partner yn cario haemoglobin Lepore (Hb A Lepore)	Mae siawns o 25% (un o bob pedair siawns) y gallai eich plentyn etifeddu anhwylder haemoglobin S/Lepore.	Math o glefyd cryman-gell yw hwn. Mae'n glefyd difrifol fel arfer, a bydd angen triniaeth reolaidd.
Os yw'ch partner yn cario haemoglobin O^{Arab} (Hb AO^{Arab})	Mae siawns o 25% (un o bob pedair siawns) y gallai eich plentyn etifeddu haemoglobin S/O ^{Arab} .	Math o glefyd cryman-gell yw hwn. Mae'n glefyd difrifol fel arfer, a bydd angen triniaeth reolaidd.
Os yw'ch partner yn cario HPFH (Cyndynrwydd Etifeddol Haemoglobin y Ffetws)	Mae siawns o 25% (un o bob pedair siawns) y gallai eich plentyn etifeddu S/HPFH.	Mae hwn yn glefyd cymedrol neu ysgafn fel arfer ac ni fydd angen triniaeth fel arfer.

Beth mae fy nghanlyniad yn ei olygu i aelodau eraill fy nheulu?

Mae'r ffaith eich bod chi'n cario cryman-gell yn golygu y gallai aelodau eraill o'ch teulu fod yn ei gario hefyd.

Byddai'n syniad da i chi siarad â'r bobl sy'n perthyn i chi drwy waed (fel eich rhieni a'ch brodyr, chwiorydd, ewythrod, modrybedd, cefndryd a chyfnitherod). Dylech chi eu hannog nhw i gael prawf gwaed cyn dechrau teulu a chyn cael mwy o blant. Efallai byddai dangos y daflen yma iddyn nhw o help.

Gwybodaeth am glefyd cryman-gell

Cofiwch mai 'cludydd' ydych chi ac nad oes clefyd cryman-gell arnoch chi. Defnyddiwch y canlynol er gwybodaeth yn unig.

Y math mwyaf difrifol o **glefyd cryman-gell** yw anaemia cryman-gell (Hb SS). Mae'r mathau eraill o glefyd cryman-gell sydd angen triniaeth i'w gweld yn y tabl ar dudalen 15.

Mae pobl sydd â chlefyd cryman-gell:

- yn gallu cael pyliau o boenau drwg iawn;
- yn gallu cael heintiau difrifol sy'n peryglu eu bywydau;
- yn dioddef o anaemia fel arfer (sy'n golygu bod eu gwaed yn cael trafferth cludo ocsigen);
- ac angen meddyginiaethau a phigiadau pan maen nhw'n blant a drwy gydol eu hoes, er mwyn rhwystro heintiau.

Mae anhwylderau eraill ar yr haemoglobin hefyd, ond mae'r rhain yn llai cyffredin. Nid yw llawer o'r anhwylderau yma'n ddifrifol.

Cwestiynau cyffredin

Pam nad oeddwn i'n gwybod am hyn? Rydw i wedi cael profion gwaed yn y gorffennol.

Nid yw profion gwaed arferol yn dangos a ydych chi'n gludydd. I ddod i wybod amdano, byddwch chi angen prawf gwaed arbennig sy'n chwilio am haemoglobin anarferol.

Beth yw'r gwahaniaeth rhwng bod yn gludydd a bod â chlefyd cryman-gell?

Mae cludyddion yn iach ar y cyfan a dim ond profion gofalus sy'n dangos eu bod nhw'n gludyddion. Mae pobl sydd â chlefyd cryman-gell yn sâl yn aml ac angen triniaeth.

Fel cludydd, oes posibilrwydd y gallai clefyd cryman-gell ddatblygu arnaf i?

Nac oes. Nid yw'n bosibl i glefyd cryman-gell ddatblygu arnoch chi am fod gennych chi un genyn sy'n gwneud yr haemoglobin arferol Hb A. Ond byddwch chi'n gludydd am weddill eich oes.

Ydy bod yn gludydd yn heintus?

Nac ydy. Dim ond ar ôl etifeddu'r genyn oddi wrth un o'ch rhieni biolegol y gallwch chi fod yn gludydd.

Ydy bod yn gludydd yn effeithio ar fy ngallu i gael plant?

Nac ydy. Nid yw'n effeithio ar eich gallu i gael plant.

Ydw i wedi fy amddiffyn rhag cael malaria?

Na, nid ydych chi wedi'ch amddiffyn rhag cael malaria. Mae'n bwysig eich bod yn cymryd yr holl gamau diogelu arferol os ydych yn bwriadu teithio i wlad lle mae risg o gael malaria. Mae'r camau hynny'n cynnwys cymryd cyffuriau gwrth-falaria.

Beth ddylwn i ei wneud nesaf?

- Dywedwch wrth eich meddyg teulu eich bod chi'n gludydd cryman-gell.
- Os ydych chi'n disgwyl babi neu os ydych chi'n bwriadu cael plant nawr neu yn y dyfodol, rydyn ni'n argymhell yn gryf y dylai eich partner gael prawf gwaed i weld a yw'n gludydd.
- Gallwch chi gael gwybodaeth a chynghor am ddim i'ch helpu i ddeall beth fydd bod yn gludydd gryman-gell yn ei olygu i chi. Gofynnwch i'ch meddyg neu weithiwr iechyd proffesiynol

arall i'ch cyfeirio at y ganolfan agosaf i bobl â chryman-gell a thalasaemia.

- Os oes plant gennych chi'n barod, efallai byddwch yn awyddus i drefnu iddyn nhw gael prawf.
- Byddai'n syniad da i chi siarad â'r aelodau eraill o'ch teulu a'u hannog nhw i gael prawf cyn iddyn nhw ddechrau teulu neu gael mwy o blant. Mae cael y prawf yr un mor bwysig i ddynion ag y mae i fenywod.
- Mae'r prawf am haemoglobin anarferol yn brawf gwaed syml sy'n cymryd ychydig o funudau'n unig. Gall pobl o bob oed ofyn am y prawf.

Mwy o wybodaeth?

Os oes unrhyw gwestiynau gennych am unrhyw ran o'r wybodaeth sydd yn y daflen yma, siaradwch gyda'ch bydwraig.

Am fwy o wybodaeth a chymorth, cysylltwch â:

Chymdeithas Clefyd y Cryman-gelloedd

Ffôn: 020 8961 7795

E-bost: info@sicklecellsociety.org

Gwefan: www.sicklecellsociety.org

© Rhaglen Sgrinio Clefyd y Crymangelloedd a Thalasaemia y GIG
Mae'r daflen hon yn seiliedig ar wybodaeth a ddatblygwyd gan Raglenni Sgrinio'r GIG yn Iechyd Cyhoeddus Lloegr.

Fersiwn 2
Ebrill 2020