

Gwybodaeth i oedolion sy'n gludyddion haemoglobinopathïau
Rydych chi'n **gludydd thalasaemia beta**
Mae canlyniad eich prawf yn dangos: cludydd thalasaemia β

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 thalasaemia beta (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 thalasaemia beta?

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. Oddi wrth y rhiant arall, rydych chi wedi etifeddu genyn a fydd yn gwneud ychydig iawn o haemoglobin A neu ddim haemoglobin A o gwbl. Rydyn ni'n dweud bod y math yma o berson yn gludydd thalasaemia beta.

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 thalasaemia beta i'ch plant.

Sut mae canlyniad fy mhrawf yn cael ei ysgrifennu?

Mae'r genyn haemoglobin rydych chi wedi'i etifeddu'n cael ei ysgrifennu fel: cludydd thalasaemia β (neu fel cludydd thalasaemia beta).

Mae'r llythyren Roegaid "β" yn golygu beta.

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

Ar y cyfan, ni fydd bod yn gludydd thalasaemia beta yn achosi unrhyw broblemau iechyd i chi. Fodd bynnag, mae'r celloedd coch yn llai nag arfer a gall eich lefel haemoglobin fod ychydig yn is na'r arfer. Gall hyn gael ei ddrysu ag anemia diffyg haearn ac nid oes angen ei drin. Cyn cymryd unrhyw atchwanegiadau haearn mae'n bwysig eich bod yn cael eich profi am ddiffyg haearn.

Mae angen i chi ddeall beth yw cario thalasaemia beta oherwydd gallech chi drosglwyddo'r genyn i'ch plant. Rydyn ni'n esbonio hyn yn yr adran nesaf.

Beth allai fy nghanlyniad ei olygu i fy mhlant?

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

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

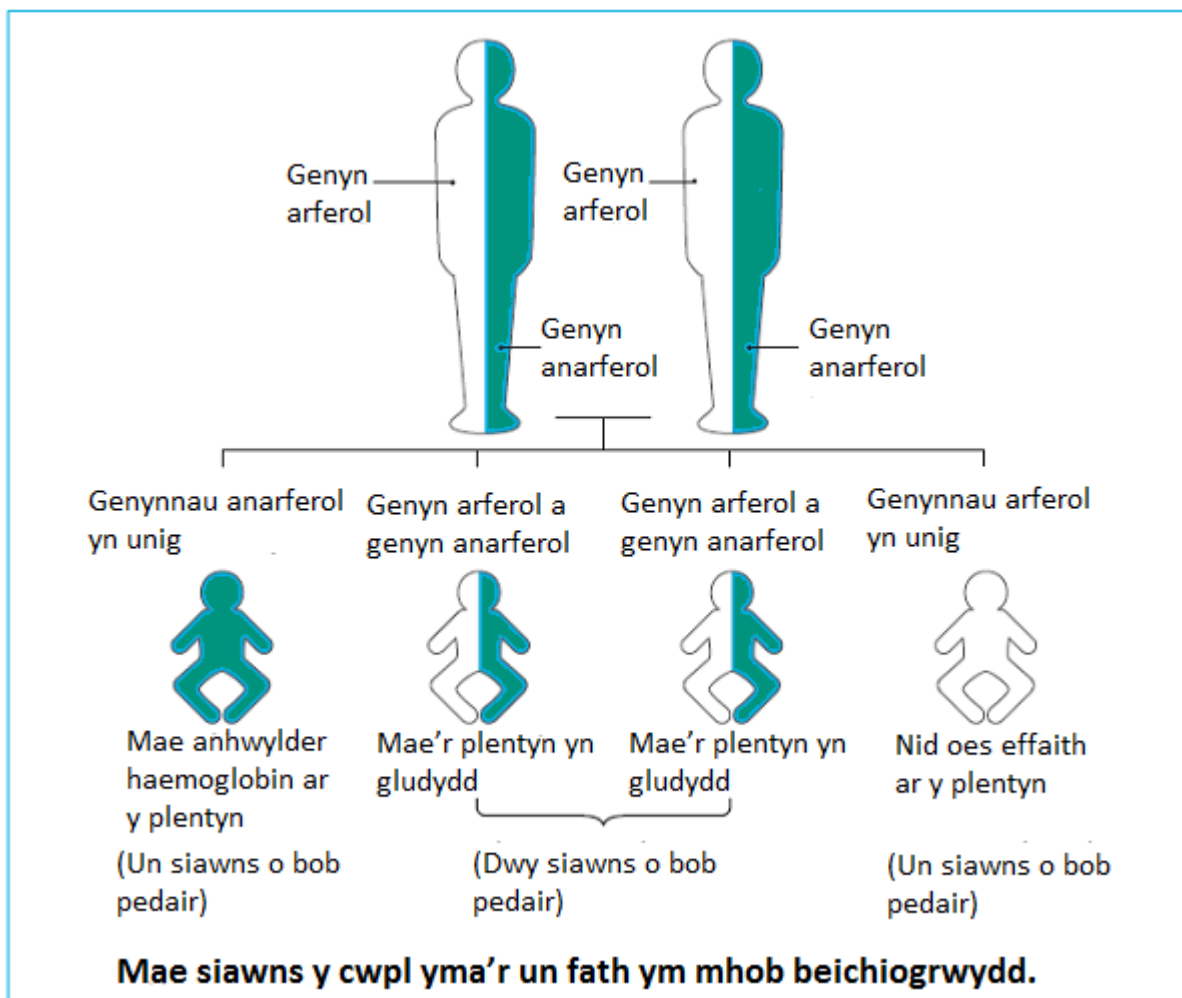
Os byddwch chi'n cael plentyn gyda phartner sydd hefyd yn **gludydd thalasaemia beta**, mae 1 siawns o bob 4 (25%) y gallai eich plentyn etifeddu thalasaemia beta difrifol. Mae hwn yn gyflwr difrifol ac mae esboniad ohono ar y tudalennau nesaf.

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 anarferol o haemoglobin oddi wrth y ddau riant. Bydd y math o anhwylder yn dibynnu ar y genynnau mae'r plentyn wedi'u hetifeddu.

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. Byddwn ni'n cynnig y prawf yma i ddarpar dadau pan fydd prawf sgrinio cyn-geni wedi dangos bod y fam yn gludydd. Ond mae croeso i ddynton a menywod ofyn am brawf ar unrhyw adeg ym meddygfa eu meddyg teulu neu yn y ganolfan agosaf sy'n arbenigol 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 wyrdd – mae'r lliw gwyn yn dangos un genyn arferol yn yr haemoglobin a'r lliw gwyrdd 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 a thalasaemia difrifol. 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 y dudalen nesaf yn dangos cyfuniad o wahanol gludyddion a'r cyflwr y gallai 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 gwyrdd.

Rydych chi'n gludydd thalasaemia beta.

Os yw'ch partner yn cario thalasaemia beta (cludydd thalasaemia β)		Mae thalasaemia difrifol fel arfer yn gyflwr difrifol sy'n gofyn am drallwysiadau gwaed a meddyginiaeth yn rheolaidd.
Os yw'ch partner yn cario thalasaemia beta delta (cludydd thalasaemia $\beta\delta$)	* Mae siawns 25% (1 siawns o bob 4) y bydd eich babi yn etifeddu math sylweddol o thalasaemia	Mae thalasaemia canolradd yn gyflwr cymedrol neu ysgafn fel arfer.
Os yw'ch partner yn cario haemoglobin E (Hb AE)	Neu	
Os yw'ch partner yn cario haemoglobin Lepore (Hb A Lepore)	thalasaemia canolradd	
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 O^{Arab} / thalasaemia beta	Math o thalasaemia canolradd yw hwn. Mae'n gymedrol neu'n ysgafn fel arfer.
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 haemoglobin S/thalasaemia beta.	Math o glefyd cryman-gell yw hwn. Mae'n gallu bod yn ddifrifol, yn gymedrol neu'n ysgafn a bydd angen triniaeth reolaidd.
*Mae'r risg o thalasaemia difrifol o gymharu â thalasaemia canolradd yn dibynnu ar y math o enyn thalasaemia rydych chi neu dad y babi yn ei gario, a gall yr arbenigwr priodol roi cyngor penodol i chi		

Mae llawer o amrywolion haemoglobin eraill ac nid yw'r rhan fwyaf yn achosi problemau o ran rhyngweithio â thalasaemia beta. Os oes gan eich partner un o'r rhain gallwch drafod hyn â'ch gweithiwr gofal iechyd proffesiynol.

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

Mae'r ffaith eich bod chi'n cario thalasaemia beta 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 y mathau mwyaf difrifol o anhwylderau haemoglobin

Cofiwch mai 'cludydd' ydych chi. Nid oes gennych chi unrhyw un o'r anhwylderau haemoglobin sy'n cael eu disgrifio isod. Defnyddiwch y canlynol er gwybodaeth yn unig.

Y mathau mwyaf difrifol o anhwylderau haemoglobin yw thalasaemia difrifol a chlefyd cryman-gell. Bydd pobl sydd â'r cyflyrau yma angen triniaeth arbenigol drwy gydol eu hoes. Mae gwybodaeth yn y tabl ar dudalen 14 am y mathau eraill o anhwylderau haemoglobin a allai fod angen triniaeth.

Mae pobl sydd â thalasaemia difrifol:

- yn dioddef yn ddrwg o anaemia (mae eu gwaed yn cael trafferth cludo ocsigen);
- angen trallwysiadau gwaed bob rhyw dair neu bum wythnos
- angen meddyginiaethau drwy gydol eu hoes i atal y llwyth gormodol o haearn sy'n ganlyniad i'r trallwysiadau gwaed.

Pobl sydd â thalasaemia canolradd

Mae'r cyflwr yma'n amrywio'n fawr ac nid yw mor ddifrifol fel arfer â thalasaemia difrifol, ond bydd angen triniaeth weithiau. Bydd eich gweithiwr iechyd proffesiynol yn gallu rhoi mwy o gyngor i chi am hyn.

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.

Fe allai rhai profion gwaed arferol awgrymu eich bod chi'n gludydd thalasaemia beta, ond bydd angen gwneud mwy o brofion i'w gadarnhau.

Beth yw'r gwahaniaeth rhwng bod yn gludydd a bod ag anhwylder?

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

Fel cludydd, oes posibilrwydd y gallai anhwylder haemoglobin ddatblygu arnaf i?

Nac oes. Nid yw'n bosibl i anhwylder haemoglobin 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 thalasaemia beta.
- 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 thalasaemia beta 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 chi'n 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:

Cymdeithas Thalasaemia'r Deyrnas Unedig

Ffôn: 020 8882 0011

E-bost: office@ukts.org

Gwefan: www.ukts.org

Cymdeithas Clefyd y Cryman-gelloedd (Sickle Cell Society)

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