Canllaw Cyfeirio Cyflym

Gwasanaeth Anhwylderau Cyffredin

Dylid ystyried y Gwasanaeth Anhwylderau Cyffredin (GAC) fel opsiwn llinell gyntaf i gleifion sydd angen cyngor a thriniaeth y GIG ar gyfer nifer o anhwylderau cyffredin.

Dylai cleifion sydd angen cyngor ar gyflyrau'r llygaid gael eu hatgyfeirio i Wasanaeth Gofal Llygaid Cymru a ddarperir gan optometryddion cymunedol (optegwyr) yn y lle cyntaf.

Pwy sy'n gallu defnyddio'r GAC?

Mae unrhyw glaf sy'n aros yng Nghymru am 24 awr ar ôl defnyddio'r gwasanaeth yn gymwys i dderbyn triniaeth drwy'r GAC.

Ar gyfer rhai cyflyrau, mae eithriadau yn seiliedig ar:

- oedran
- beichiogrwydd/bwydo ar y fron
- cyflwyniad clinigol

Mae'r rhain yn amrywio yn dibynnu ar y cyflwr. Ceir crynodeb o'r meini prawf gwahardd isod o dan "Gwybodaeth am Wasanaeth". Os nad ydych yn siŵr a ddylech atgyfeirio i fferyllfa gymunedol, cysylltwch â'ch fferyllydd lleol i gael cyngor.

Pa gyflyrau sy'n cael eu cynnwys?

Gall fferyllwyr gynnig cyngor a/neu driniaeth ar gyfer 26 o gyflyrau y cytunwyd arnynt. Y rhain yw:

- â chlefyd llygaid sych
- Acne vulgaris
- Brech cewynnau
- Brech yr ieir (plant o dan 14 oed)
- Colig (babanod)
- Croen sych gan gynnwys dermatitis ac ecsema atopig
- Dafadennau a ferwcau
- Diffyg traul
- Dolur rhydd*
- Doluriau annwyd*
- Ewinedd yn tyfu i'r byw
- Haemoroidau
- Llau pen
- Llid pilen y llygad (bacteriol)
- Llindag gweiniol
- Llindag yn y geg
- Llwnc tost
- Llyngyr edau
- Poen yng ngwaelod y cefn (acíwt)
- Rhinitis alergaidd
- Rhwymedd
- Tarwden y traed
- Tarwden, tinea cruris ac intertrigo
- Torri dannedd
- Wlserau yn y geg (dolur y geg syml)
- Y clefyd crafu

*nid oes unrhyw driniaethau ar y GIG sy'n seiliedig ar dystiolaeth ar gael ar gyfer y cyflyrau hyn. Bydd fferyllwyr yn rhoi cyngor ar hunanofal a sut i reoli symptomau'n barhaus.

Beth am y cyflyrau heb eu cynnwys (e.e. peswch, annwyd)?

Ni fydd cleifion sy'n dioddef o gyflyrau eraill yn gallu defnyddio'r GAC. Fodd bynnag, efallai y byddant yn derbyn cyngor gan y fferyllydd a'r opsiwn i brynu meddyginiaethau dros y cownter (os yw'n addas). Os yw fferyllydd yn teimlo bod angen i'r meddyg teulu neu ddarparwr gofal iechyd arall weld y claf, bydd yn atgyfeirio'n briodol.

Gwybodaeth am wasanaeth

- Ni ddylid atgyfeirio cleifion sy'n disgrifio symptomau a allai fod yn arwydd o gyflwr mwy difrifol at y GAC.
- Dylai cleifion sydd wedi ymgynghori â meddyg teulu neu nyrs practis yn ddiweddar o ran rheoli anhwylder cyffredin sydd heb ymateb i driniaeth gael cynnig apwyntiad gyda meddyg teulu.
- NID yw'r rhestr ganlynol yn gynhwysfawr; dylid defnyddio synnwyr cyffredin wrth frysbennu / atgyfeirio.

Gwybodaeth am wasanaeth

	Cyflwr	Ystyried atgyfeirio i'r GAC	Cynnig apwyntiad gyda meddyg teulu
A	â chlefyd llygaid sych	**Atgyfeiriwch bob claf i Wasanaeth Gofal Llygaid Cymru os yw ar gael.** Os nad yw ar gael, atgyfeiriwch bob claf ≥ 18 oed i fferyllfa os nad oes meini prawf gwahardd yn bresennol.	**Atgyfeiriwch bob claf i Wasanaeth Gofal Llygaid Cymru os yw ar gael.** Os nad yw'r gwasanaeth ar gael, ystyriwch yr angen am apwyntiad ar unwaith gyda meddyg teulu os yw'r claf: • ag aflonyddwch gweledol/poen/goleuadau sy'n fflachio • â chur pen • yn chwydu • yn gwisgo lensys cyffwrdd • â symptomau systemig e.e. wedi colli pwysau/twymyn • â llawer o redlif yn dod o'r llygad/llygaid Neu gleifion sydd â llygad sych parhaus > 6 wythnos
	Acne vulgaris	Cleifion ≥12 oed lle nad yw triniaeth eisoes wedi'i cheisio	Cleifion â symptomau difrifol, ag acne heintiedig neu sy'n <12 oed
B	Brech cewynnau	Pob baban	Babanod sydd â: • â symptomau systemig • symptomau haint • cochni neu boen difrifol • wlserau, placiau neu nodylau
	Brech yr ieir	Cleifion 2 fis oed i <14 oed	Plant sydd: • yn sâl yn systematig • yn imiwnoataliedig • â thwymyn barhaol/rheolaidd

	Cyflwr	Ystyried atgyfeirio i'r GAC	Cynnig apwyntiad gyda meddyg teulu
C	Candidiasis gweiniol	Cleifion 16 oed i ≤ 60 oed	Cleifion sydd â: • â phoen yn yr abdomen • yn profi rhedlif drewllyd • yn mynd i'r toiled yn amlach • yn profi gwaedu gweiniol annormal • â symptomau heb eu datrys er gwaethaf triniaeth • â thwymyn/â chyfog/yn chwydu Cleifion sydd: • ag imiwnedd gwan, gan gynnwys y rhai â diabetes a reolir yn wael
	Colig (babanod)	Pob claf sy'n faban	Os yw baban: • yn sâl yn systematig • yn methu ffynnu • â symptomau nad ydynt yn gwella Neu os yw'r rhiant/gwarcheidwad yn teimlo nad yw'n gallu ymdopi
	Croen sych	Cleifion ≥1 mis oed	Cleifion sydd wedi methu ag ymateb i driniaeth neu'r rhai sydd â: • symptomau difrifol • symptomau haint • symptomau sy'n effeithio ar yr wyneb, y pen a'r gwddf, y ceseiliau, cesail y forddwyd neu'r organau cenhedlu

	Cyflwr	Ystyried atgyfeirio i'r GAC	Cynnig apwyntiad gyda meddyg teulu
D	Dafadennau a ferwcau	Cleifion ≥ 2 oed	Cleifion sydd: • ag imiwnedd gwan, gan gynnwys y rhai â diabetes Cleifion sydd â: • chylchrediad gwael i'r dwylo neu'r traed • dafadennau blewog/sy'n gwaedu neu sydd wedi newid ymddangosiad • anafiadau lluosog neu symptomau parhaus • poen • symptomau haint • croen coch neu lidiog • dafadennau ar y wyneb, mewn plygiadau croen neu mewn ardaloedd anogenhedlol • dafadennau ger marciau geni, mannau duon neu'r pilenni amrannol • clwyfau agored
	Diffyg traul	Cleifion ≥ 18 oed	Cleifion sydd â: • wedi colli pwysau • yn profi newid yn arferion eu coluddyn • â chyfog • yn chwydu • wedi cael diagnosis o ddiabetes yn ddiweddar • ag arwyddion o waedu • ag abdomen poenus/chwyddedig • yn cael poen wrth ymdrechu • â hanes o gael wlserau • yn profi'r symptomau am y tro cyntaf yn >55 oed Neu os nad yw'r symptomau'n cael eu lleddfu gan driniaeth

Gwybodaeth am wasanaeth

	Cyflwr	Ystyried atgyfeirio i'r GAC	Cynnig apwyntiad gyda meddyg teulu
D	Dolur rhydd	Cleifion ≥ 4 wythnos oed a ≤65 oed	Os yw'r claf yn feichiog, ag imiwnedd gwan neu: • â thwymyn • â phoen difrifol yn yr abdomen • wedi colli pwysau heb esboniad • â dolur rhydd sy'n parhau > 7 diwrnod • â hanes o deithio tramor • wedi cael triniaeth wrthfiotig yn ddiweddar
	Doluriau annwyd	Babanod ≥6 mis oed	Cleifion sydd: • yn feichiog • yn cael episodau aml (≥6 episod y flwyddyn) • yn profi crygni • yn cael wlserau neu batshys parhaus yn y geg • yn cael anhawster wrth lyncu • ag imiwnedd gwan • â haint difrifol neu eilaidd Neu os yw'r firws wedi heintio'r llygad/llygaid neu'r organau rhywiol
E	Ewinedd yn tyfu i'r byw	Pob claf	Cleifion â diabetes neu: • sydd â chlefyd ewinedd/haint cydamserol • y mae nerfau eu traed wedi'u difrodi • nad ydynt yn gwella ar ôl 7 diwrnod o driniaeth geidwadol

Gwybodaeth am wasanaeth

	Cyflwr	Ystyried atgyfeirio i'r GAC	Cynnig apwyntiad gyda meddyg teulu
H	Haemoroidau	Cleifion ≥ 18 oed	Cleifion sy'n feichiog neu sy'n bwydo ar y fron neu'r rhai sydd: • â phoen cymedrol-difrifol • yn profi newid yn arferion eu coluddyn • yn profi gwaedu trwm • yn cael symptomau rheolaidd • heb ymateb i driniaeth
L	Llau pen	Cleifion ≥6 mis oed	Cleifion sydd â: • llid croen y pen • arwyddion o haint • llau pen sy'n parhau er gwaethaf triniaeth
	Llid pilen y llygad (bacteriol)	**Atgyfeiriwch bob achos i Wasanaeth Gofal Llygaid Cymru os yw ar gael.** Os nad yw ar gael, cynigiwch atgyfeiriad i fferyllfa i gleifion >2 oed os nad oes meini prawf gwahardd yn bresennol.	**Atgyfeiriwch bob claf i Wasanaeth Gofal Llygaid Cymru os yw ar gael** Os nad yw ar gael, cynigiwch apwyntiad gyda meddyg teulu i: • fenywod beichiog/sy'n bwydo ar y fron • cleifion sydd â phoen/aflonyddwch gweledol • plant <2 oed • cleifion sydd â hanes personol/teuluol o anhwylderau gwaed
	Llindag yn y geg	Cleifion ≥ 4 wythnos oed	Cleifion sydd ag imiwnedd gwan (gan gynnwys y rhai sydd â diabetes a reolir yn wael) neu sy'n feichiog neu sy'n bwydo ar y fron. Cleifion sydd: • yn profi anhawster/poen wrth lyncu • â haint helaeth/difrifol • â symptomau heb eu datrys ar ôl 7 diwrnod o driniaeth

Gwybodaeth am wasanaeth

	Cyflwr	Ystyried atgyfeirio i'r GAC	Cynnig apwyntiad gyda meddyg teulu
L	Llwnc tost	Pob claf	Cleifion sydd: • yn sâl yn systematig • ag imiwnedd gwan • wedi eu dadhydradu • â brech, bochau gwridog neu dafod chwyddedig • â thymheredd • yn profi cur pen, cyfog neu chwydu difrifol • yn wynebu risg uchel o gymhlethdodau difrifol • heb beswch • â symptomau parhaus er gwaethaf triniaeth
	Llyngyr edau	Cleifion ≥6 mis oed	Cleifion sydd: • yn feichiog neu'n bwydo ar y fron os yw mesurau hylendid yn unig yn aneffeithiol neu'n annerbyniol • yn cael episodau aml
P	Poen yng ngwaelod y cefn (acíwt)	Cleifion rhwng 18 a 50 oed	Cleifion sydd â: • symptomau difrifol, systemig neu faner goch • hanes o ganser neu boen yn y cefn nad yw'n boen yng ngwaelod y cefn Cleifion sydd: • ag imiwnedd gwan (gan gynnwys y rhai sydd â diabetes) • yn feichiog/bwydo ar y fron
R	Rhinitis alergaidd	Cleifion ≥2 oed	• Os yw twymyn, diffyg anadl neu haint yn bresennol.

Gwybodaeth am wasanaeth

	Cyflwr	Ystyried atgyfeirio i'r GAC	Cynnig apwyntiad gyda meddyg teulu
R	Rhwymedd	Cleifion ≥ 18 oed	Os yw cleifion: • â gwaed/mwcws yn eu carthion • â phoen yn yr abdomen • wedi colli pwysau heb esboniad • â chlefyd Crohn/llid briwiol y colon • â diagnosis gofal lliniarol • â thwymyn/â chyfog/yn chwydu • â symptomau troethol
T	Tarwden y traed	Cleifion ≥1 mis oed	Cleifion sydd â: • symptomau rheolaidd neu symptomau sy'n arwydd o haint eilaidd • symptomau nad ydynt wedi gwella ar ôl defnyddio triniaeth wedi'i chynghori
	Tarwden, tinea cruris ac intertrigo	Cleifion ≥1 mis oed	Cleifion sydd â: • symptomau rheolaidd neu symptomau sy'n arwydd o haint eilaidd • symptomau nad ydynt wedi gwella ar ôl defnyddio triniaeth wedi'i chynghori
	Torri dannedd	Babanod	Babanod sy'n sâl yn systematig e.e. twymyn, neu sydd â: • dolur rhydd • symptomau sy'n para am amser hir neu sy'n arbennig o ofidus

Gwybodaeth am wasanaeth

	Cyflwr	Ystyried atgyfeirio i'r GAC	Cynnig apwyntiad gyda meddyg teulu
W	Wlserau yn y geg (dolur y geg syml)	Cleifion >12 oed	Cleifion sydd â: • ag wlserau di-boen • ag un wlser sy'n para ≥3 wythnos • yn profi wlserau am y tro cyntaf yn >30 oed • yn cael wlserau yn y geg yn rheolaidd • ag arwyddion o haint/twymyn • ag imiwnedd gwan • â symptomau sy'n arwain at anallu i fwyta neu yfed • â phoen sy'n gwaethygu, cochni, neu waedu • ag anafiadau lluosog neu fawr
Y	Y clefyd crafu	Cleifion ≥ 2 oed	Cleifion sydd â: • â brech ddifrifol • â chroen wedi'i dorri • â haint eilaidd • â symptomau systemig • briwiau crestog • wedi cael triniaeth ond heb wella

Mwy o wybodaeth

I gael mwy o wybodaeth am anhwylder, siaradwch â'ch fferyllydd cymunedol neu edrychwch ar y gwefannau canlynol:
GIG 111 Cymru: https://111.wales.nhs.uk/
Patient UK: https://patient.info/
Medicines A-Z: https://www.nhs.uk/medicines/

Mae'r daflen hon hefyd ar gael yn Saesneg. This leaflet is also available in English.

Fersiwn: 1 Cyhoeddwyd: Mai 2023

GCFC | WMAS
Gwasanaeth Cyngor ar Feddyginiaethau Cymru
Welsh Medicines Advice Service