

# Sgrinio Coluddion Cymru

## Gwybodaeth i ofalwyr



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Iechyd Cyhoeddus  
Cymru  
Public Health  
Wales

**0800 294 3370**

**[www.icc.gig.cymru/sgrinio-coluddion](http://www.icc.gig.cymru/sgrinio-coluddion)**

Gallwch gysylltu â ni yn Gymraeg neu yn Saesneg. Bydd yn cymryd yr un faint o amser i ni eich ateb, pa bynnag iaith a ddewiswch.

Fersiwn 3 03/2023



# Cynnwys

---

<b>Adran</b>	1	Tudalen 3	Pwy yw Sgrinio Coluddion Cymru (BSW)?
<b>Adran</b>	2	Tudalen 4	Y manteision a'r risgiau sy'n gysylltiedig â sgrinio
<b>Adran</b>	3	Tudalen 5	Hyrwyddo Dewis ar sail Gwybodaeth
<b>Adran</b>	4	Tudalen 6	Galluedd Meddyliol
<b>Adran</b>	5	Tudalen 7	Pethau i'w cofio cyn gwneud pecyn prawf sgrinio'r coluddyn
<b>Adran</b>	6	Tudalen 9	Arwyddion a symptomau
<b>Adran</b>	7	Tudalen 10	Cwestiynau Cyffredin
<b>Adran</b>	8	Tudalen 14	Manylion cyswllt

# Pwy yw Sgrinio Coluddion Cymru?

Cawn ein rheoli gan yr Is-adran Sgrinio sy'n rhan o Ymddiriedolaeth GIG, Iechyd Cyhoeddus Cymru. Lanswyd y rhaglen sgrinio coluddion ym mis Hydref 2008.

## **Beth yw nod y rhaglen?**

Canser y coluddyn yw'r trydydd canser mwyaf cyffredin yng Nghymru. Nôd prawf sgrinio'r coluddyn yw dod o hyd i ganser yn gynnar pan fo triniaeth yn debygol o fod yn fwy effeithiol. Mae canfod yn gynnar yn allweddol. Bydd o leiaf 9 o bob 10 unigolyn yn goroesi canser y coluddyn os caiff ei ddarganfod a'i drin yn gynnar.

## **Pwy sy'n cael gwahoddiad?**

Ar hyn o bryd, mae prawf sgrinio'r coluddyn yn cael ei gynnig i bobl rhwng 55 a 74 oed ac sy'n byw yng Nghymru. Rydym yn cael gwybodaeth am gyfeiriadau gan feddygon teulu yn uniongyrchol. Mae'n bwysig bod cyfeiriad cartref cywir y person yn cael ei gofrestru gyda'r Meddyg Teulu. Nid ydym yn cadw unrhyw wybodaeth feddygol.

## **Sut mae pobl yn cael eu gwahodd i gael eu sgrinio?**

Bydd pecyn prawf sgrinio'r coluddyn a phecyn gwybodaeth yn cael eu hanfon atoch yn y post. Bydd pobl yn gallu cynnal y prawf lle maen nhw'n byw.

## **Pa mor aml mae pobl yn cael eu gwahodd i gael eu sgrinio?**

Bydd pobl yn cael eu gwahodd yn awtomatig i gymryd rhan yn rhaglen sgrinio'r coluddyn bob dwy flynedd.

## **Hanes teuluol**

Gall rhai mathau o ganser y coluddyn redeg mewn teuluoedd. Os ydych chi neu'r person rydych yn gofalu amdano yn poeni am hanes teuluol, dylech siarad â Meddyg Teulu.

### Y manteision a'r risgiau sy'n gysylltiedig â sgrinio

Dewis unigolyn yw cymryd rhan mewn sgrinio. Mae'n bwysig ei fod yn deall y manteision a'r risgiau sy'n gysylltiedig â sgrinio er mwyn ei helpu i benderfynu a yw'n iawn iddo gymryd rhan.

#### Y manteision sy'n gysylltiedig â sgrinio

- Bydd dod o hyd i ganser y coluddyn yn gynnar yn rhoi'r cyfle gorau i berson oroesi.
- Mae o leiaf 9 o bob 10 unigolyn yn goroesi canser y coluddyn os caiff ei ddarganfod yn gynnar.
- Gall prawf sgrinio'r coluddyn helpu i ddod o hyd i ganser y coluddyn yn gynnar, hyd yn oed os yw person yn iach ac nad oes ganddo unrhyw symptomau.
- Gall pobl gwblhau pecyn prawf y coluddyn lle maen nhw'n byw.
- Mae pecyn prawf y coluddyn yn gyflym ac yn hawdd i'w gwblhau a dim ond un sampl bach o pŵ sydd ei angen.

#### Y risgiau sy'n gysylltiedig â sgrinio

- Nid yw prawf sgrinio'r coluddyn 100% yn gywir.
- Mae'n bosibl na fydd rhai mathau o ganser yn cael eu darganfod ac mae'n bosibl na fydd rhai mathau o ganser yn cael eu gwella.
- Mae'n bosibl y bydd risgiau wrth gael profion pellach. Os bydd gofyn i berson gael mwy o brofion, bydd nyrs sgrinio neu feddyg yn siarad ag ef am y rhain.

# Hyrwyddo dewis ar sail gwybodaeth

Mae'n bwysig bod pobl yn gallu gwneud dewis ar sail gwybodaeth ynghylch cymryd rhan mewn prawf sgrinio neu beidio.

I wneud hyn, rhaid iddynt gael yr holl ffeithiau, y da a'r drwg, fel y gallant wneud penderfyniad gwirioneddol wybodus.

## **Sut gallaf i helpu rhywun i wneud dewis ar sail gwybodaeth?**

Er mwyn gwneud dewis ar sail gwybodaeth, rhaid i berson gael:

- mynediad at wybodaeth glir, gryno a chywir mewn fformat priodol
- cymorth pellach, os oes angen, i'w helpu i ddeall gwybodaeth am sgrinio
- amser i ystyried a chymryd yr wybodaeth i mewn
- galluedd a dealltwriaeth i wneud ei benderfyniadau ei hunan

Ar y cam hwn dylai'r person allu gwneud penderfyniad ar sail gwybodaeth a gallu cadarnhau ei benderfyniad drwy roi cydsyniad ar sail gwybodaeth (caniatâd) i gymryd rhan neu beidio â chymryd rhan mewn sgrinio.

## **Gwneud penderfyniadau**

Fel gofalwr efallai y bydd gennych eich barn bersonol eich hun am gymryd rhan mewn sgrinio. Efallai y bydd eich barn yn wahanol i farn y person rydych yn gofalu amdano ac efallai y byddwch yn teimlo nad yw'r person yr ydych yn gofalu amdano yn gwneud y penderfyniad 'iawn'.

Mae'n rhaid i chi gofio mai eich rôl chi yw darparu'r wybodaeth gywir (mewn fformat priodol) a'r gefnogaeth gywir i'r person fel y gall wneud penderfyniad ar sail gwybodaeth o ran cymryd rhan mewn sgrinio neu beidio.

## Galluedd Meddyliol

Efallai y bydd yn rhaid i chi gefnogi rhywun sydd:

- yn gallu gwneud ei benderfyniadau ei hunan
- yn gallu gwneud penderfyniadau weithiau
- yn methu â gwneud penderfyniadau drosto ef ei hunan.

Mae'n bwysig eich bod yn gwybod beth allwch chi a beth na allwch chi ei wneud yn gyfreithiol i helpu'r person yn y sefyllfaoedd hyn.

Os gall person wneud ei benderfyniad ei hun, ef sydd i ddewis yr hyn yr hoffai ei wneud.

Os gall y person wneud penderfyniadau weithiau neu os na all wneud penderfyniadau o gwbl, mae fframwaith cyfreithiol ar waith i wirio a oes ganddo'r gallu i wneud ei benderfyniadau ei hun. Gelwir y fframwaith cyfreithiol hwn yn Ddeddf Galluedd Meddyliol (2005).

Mae'n bwysig iawn eich bod yn gwybod beth allwch chi a beth na allwch chi ei wneud mewn perthynas â'r Ddeddf Galluedd Meddyliol. Os ydych chi'n cefnogi rhywun trwy sgrinio'r coluddyn ac nad ydych chi'n siŵr beth i'w wneud, dylech gysylltu â'n llinell gymorth ar 0800 294 3370 neu siarad â Meddyg Teulu'r person dan sylw.

## Pethau i'w cofio cyn gwneud pecyn prawf sgrinio'r coluddyn

Os oes gan y person rydych yn ei helpu y galluedd i wneud ei benderfyniadau ei hun, dylech wneud yn siŵr eich bod wedi cael ei gydsyniad o'r cychwyn cyntaf.

**Os nad oes gan y person y galluedd, rhaid i chi sicrhau bod yr atwrneiaeth briodol ar gyfer iechyd a llesiant yn ei lle neu fod penderfyniad wedi'i wneud a'i gofnodi mewn perthynas â'r budd gorau i'r person.**

### Ynglŷn â phecyn prawf y coluddyn

Nid yw pecyn prawf y coluddyn yn dweud wrthyfch a oes gennych ganser y coluddyn. Mae'r prawf yn chwilio am waed cudd yn eich pŵ a all fod yn arwydd o ganser y coluddyn neu newidiadau eraill.

Cyn gwneud y prawf, darllenwch y daflen a ddaeth gyda'r pecyn prawf. Mae hon yn dweud wrthyfch beth mae'n ei olygu a sut i wneud y prawf a gall wneud pethau'n haws wrth esbonio'r prawf i'r person rydych chi'n ei helpu.

**Efallai y bydd angen i chi drafod sut y byddwch yn helpu'r person. Efallai y byddwch am benderfynu, ar y cyd, ar y canlynol:**

- Pryd yw'r amser gorau i wneud pecyn prawf sgrinio'r coluddyn?
- Pwy fydd yn ysgrifennu'r dyddiad ar y pecyn prawf sgrinio'r coluddyn?
- Pwy fydd yn casglu'r sampl?

Os hoffech ragor o wybodaeth, gallwch gysylltu â ni ar ein llinell gymorth Rhadffôn, 0800 294 3370. Gallwch hefyd lawrlwytho ein deunydd hawdd ei ddeall neu wylïo'r fideos sydd ar gael ar ein gwefan: [www.phw.wales/bowel-screening](http://www.phw.wales/bowel-screening).

### **Rhai pethau pwysig i'w cofio -**

- √ Gwiriwch fod yr wybodaeth ar y pecyn prawf yn gywir
- √ Sicrhewch fod gennych feiro yn barod i ysgrifennu'r dyddiad ar y pecyn prawf sgrinio'r coluddyn
- √ Gwisgwch fenig os oes angen
- √ Golchwch eich dwylo cyn ac ar ôl gwneud y prawf
- √ Os byddwch yn gwneud camgymeriad, gallwn anfon pecyn prawf arall atoch yn y post

## **Ar ôl gwneud y pecyn prawf sgrinio'r coluddyn**

Dylid postio'r pecyn prawf yn ôl i'r labordy cyn gynted â phosibl ar ôl ei gwblhau.

Pan fydd y labordy yn ei dderbyn, caiff ei brofi a chaiff llythyr canlyniad ei gynhyrchu a'i bostio o fewn 7 diwrnod.

### **Bydd canlyniad y pecyn prawf yn nodi un o'r canlynol:**

- nid oedd y pecyn yn addas i'w brofi a bydd pecyn prawf arall yn cael ei ddsbarthu
- mae angen ymchwiliadau meddygol pellach
- bydd y person yn cael ei wahodd yn awtomatig i gwblhau prawf FIT arall ymhen dwy flynedd os bydd yn dal i fod o fewn yr ystod oedran cymwys.



## Arwyddion a symptomau

Gall cancer y coluddyn ddatblygu rhwng profion sgrinio felly mae'n bwysig bod pobl yn ymwybodol o unrhyw newidiadau yn arferion eu coluddyn. Gall sgrinio fethu â darganfod rhai canserau felly nid yw canlyniad normal yn golygu nad oes gan berson ganser y coluddyn neu na fydd yn datblygu cancer y coluddyn yn y dyfodol.

Dylai'r person rydych yn gofalu amdano weld ei Feddyg Teulu os oes ganddo unrhyw un o'r symptomau canlynol:

Gwaedu o'i ben-ôl neu waed yn ei pŵ  
Newidiadau amlwg o ran arferion y coluddyn  
Colli pwysau heb drïo  
Blinder eithafol heb unrhyw reswm amlwg  
Lwmp neu boen yn ei fol

Gall y symptomau hyn gael eu hachosi gan ystod o gyflyrau a dylid eu trafod gyda gweithiwr meddygol proffesiynol ar unwaith.

Os ydych chi'n gofalu amrywun ac yn sylwi ar newidiadau yn y coluddyn, dylech drafod ei symptomau gydag ef. Os nad oes ganddo'r gallu i ddeall, dylech siarad â'i berthnasau neu weithiwr iechyd proffesiynol cyfrifol ac awgrymu ei fod yn gwneud apwyntiad gyda'i weithiwr meddygol proffesiynol.

## Cwestiynau Cyffredin

### **1. Nid yw'r person yr wyf yn gofalu amdano yn gorfforol abl, ar ôl cael strôc, i gwblhau ei becyn prawf sgrinio'r coluddyn. A allaf i wneud y prawf drosto?**

Gallwch wneud y prawf ar ei ran os yw wedi gofyn i chi ei wneud. Mae'n bwysig iawn bod y person yn deall yr wybodaeth yn y llyfryn ac y gallai cwblhau'r prawf arwain at brofion pellach yn yr ysbyty os darganfyddir gwaed yn y sampl.

I gael rhagor o gyngor ar wneud y prawf ar ran rhywun sydd ag anabledd corfforol, ffoniwch ein llinell gymorth rhadffôn ar 0800 294 3370.

### **2. Mae gan y person yr wyf yn gofalu amdano ddementia. A allaf i wneud y prawf drosto?**

Mae'n bwysig iawn bod y person yn deall y gwybodaeth yn y llyfryn ac y gallai cwblhau'r prawf arwain at brofion pellach yn yr ysbyty os darganfyddir gwaed yn y sampl. Cyn belled â bod y person yn deall hyn, gallwch ei helpu i gwblhau'r pecyn prawf os yw wedi gofyn i chi wneud hynny.

Os na all y person wneud y penderfyniad hwn, rydym yn argymhell eich bod yn trafod y sefyllfa gyda Meddyg Teulu'r person a phwy bynnag sydd ag atwrneiaeth arhosol (awdurdod cyfreithiol i weithredu) o ran ei iechyd a'i lesiant. Yn dilyn hyn, bydd angen gwneud penderfyniad er 'lles pennaf' ar ran y person. Bydd ei Feddyg Teulu yn penderfynu a fyddai'r person yn elwa ar gael ei sgrinio ac a yw'n ddigon iach a ffit i fynd drwy ymchwiliadau pellach pe bai gofyn.

I gael rhagor o gyngor, cysylltwch â'r llinell gymorth rhadffôn ar 0800 294 3370.

**3. Mae'r person yr wyf yn gofalu amdano yn gwrthod gwneud ei becyn prawf sgrinio'r coluddyn ond rwyf wedi gweld gwaed yn ei faw. Beth ddylwn i ei wneud?**

Mae'r rhaglen sgrinio'r coluddyn wedi'i hanelu at bobl sy'n iach ac nid yw, fel mater o drefn, yn sgrinio pobl â symptomau.

Dylech roi gwybod i'r person eich bod wedi sylwi ar waed. Os yw'n deall eich pryderon, dylech ei annog i weld ei Feddyg Teulu. Os nad yw'n deall, dylech siarad â'i berthnasau ac awgrymu eu bod yn gwneud apwyntiad gyda Meddyg Teulu'r person neu gysylltu â'r Meddyg Teulu eich hun ac egluro eich pryderon.

**4. Nid yw'r person rwy'n gofalu amdano am gymryd rhan mewn prawf sgrinio, ond gallwn wneud y prawf pan fyddaf yn ei helpu i fynd i'r toiled. A allaf i wneud hyn?**

Na allwch. Gallwch wneud y prawf ar ran rhywun arall dim ond os yw wedi gofyn i chi wneud hynny a'i fod wedi deall yn llawn y risgiau a'r manteision sy'n gysylltiedig â chwblhau hwn. Os gwnewch y prawf heb ei ganiatâd, byddwch yn gweithredu yn erbyn ei ewyllys.

**5. Mae'r person yr wyf yn gofalu amdano yn dioddef o ddolur rhydd neu rwymedd. A allaf i wneud y prawf drosto?**

Os yw'r person yr ydych yn gofalu amdano yn dioddef o naill ai ddolur rhydd neu rwymedd, byddem yn eich cynghori i aros nes bod arferion arferol y coluddyn yn ailddechrau cyn gwneud y prawf.

Os yw'r person yn profi newidiadau cyson yn y coluddyn, mae'n bwysig ei fod yn cael cyngor meddygol gan ei Feddyg Teulu.

## **6. Rwy'n gofalu am anghenion hylendid person sy'n dioddef o anymataliaeth. A allaf wneud y prawf drosto trwy gymryd y sampl o'r pad anymataliaeth?**

Gallwch chi wneud y prawf os yw'r person wedi gofyn i chi wneud hynny. Mae'n bwysig iawn ei fod yn deall yn llawn y gwybodaeth yn y llyfryn ac y gallai cynnal y prawf arwain at brofion pellach yn yr ysbyty os darganfyddir gwaed yn y sampl.

Dylech gymryd sampl o ganol baw wedi'i ffurfio (solet). Bydd hyn yn atal y pŵ rhag cael ei halogi ag wrin a allai effeithio ar y canlyniad.

I gael rhagor o gyngor ar wneud y prawf ar ran rhywun sydd ag anabledd neu sy'n dioddef o anymataliaeth, cysylltwch â'r llinell gymorth rhadffôn ar 0800 294 3370.

## **7. A ellir cwblhau'r pecyn prawf os yw person yn cael mislif?**

Na, arhoswch hyd nes y bydd y gwaedu wedi dod i ben cyn cwblhau'r pecyn prawf.

## **8. Mae'r person rwy'n gofalu amdano wedi cael canlyniad positif - beth mae hyn yn ei olygu?**

Pan brofwyd y pecyn yn ein labordy, daethant o hyd i olion gwaed yn y sampl. Nid yw hyn yn golygu bob amser bod gan y person ganser y coluddyn, ond mae'n golygu y bydd angen i'r person gael ymchwiliadau meddygol pellach i ddarganfod y rheswm dros y gwaed yn y sampl. Mae angen i'r person gael apwyntiad asesu gydag un o'n Hymarferwyr Sgrinio Arbenigol (SSP) i weld a yw'n addas i gael ymchwiliadau pellach.

## **9. Beth mae'r Ymarferydd Sgrinio Arbenigol (SSP) yn ei wneud?**

Mae SSPs yn gweithio i Sgrinio Coluddion Cymru ond maent wedi'u lleoli mewn ysbytai lleol. Eu rôl yw cefnogi pobl sydd wedi cael canlyniad prawf positif ac y gallai fod angen gwneud ymchwiliadau pellach.

Bydd yr SSP yn cynnal asesiad ffôn gyda'r person a gafodd y canlyniad positif neu bwy bynnag sy'n ei gefnogi. Bydd yr asesiad hwn yn sicrhau bod y person yn addas ar gyfer ymchwiliadau pellach. Gall yr alwad ffôn hon bara hyd at awr. Os yw'r person sydd â'r canlyniad positif (neu bwy bynnag sy'n ei gefnogi) yn teimlo nad yw asesiad ffôn yn briodol, gall yr SSP gynnal asesiad wyneb yn wyneb.

Bydd yr SSP yn esbonio popeth yn glir i'r person a'i deulu neu ofalwyr ac yn trafod unrhyw bryderon neu gwestiynau sydd ganddynt gyda nhw. Bydd yr SSP yn parhau i gefnogi'r person trwy'r camau nesaf.

Adran 8

---

## Manylion cyswilt

Ffoniwch Llinell Gymorth Rhadffon Sgrinio Coluddion Cymru (Llun-Gwener 08:00-17:00, ac eithrio Gwyliau Banc) ar **0800 294 3370**

Neu ewch i wefan Sgrinio Coluddion Cymru yn:

**<https://icc.gig.cymru/gwasanaethau-a-thimau/sgrinio/sgrinio-coluddion-cymru/>**

Neu anfonwch e-bost atom:  
Phw.bsw@wales.nhs.uk

## Dolenni Defnyddiol

### **Age Cymru**

[www.ageuk.org.uk/cymru/](http://www.ageuk.org.uk/cymru/)

### **Cymdeithas Alzheimer**

[www.alzheimers.org.uk/](http://www.alzheimers.org.uk/)

### **Bowel Cancer UK**

[www.bowelcanceruk.org.uk](http://www.bowelcanceruk.org.uk)

### **Carers Wales**

[www.carersuk.org/wales](http://www.carersuk.org/wales)

### **Anabledd Cymru**

[www.anableddcymru.org/](http://www.anableddcymru.org/)

### **Anabledd Dysgu Cymru**

[www.learningdisabilitywales.org.uk/](http://www.learningdisabilitywales.org.uk/)

### **Deall y Ddeddf Galluedd Meddyliol**

[www.gov.uk/government/publications-capacity-act-code-of-practice](http://www.gov.uk/government/publications-capacity-act-code-of-practice)

### **Stroke Association**

[www.stroke.org.uk/home](http://www.stroke.org.uk/home)