



Profion anadlu

Profion anadlu ac ar yr ysgyfaint

Mae posib gwneud llawer o brofion i ymchwilio i broblemau anadlu. Bydd yr wybodaeth hon yn dweud wrthy ch beth i'w ddisgwyl.

- Sut alla' i baratoi am brawf anadlu neu ysgyfaint?
- Profion anadlu
- Profion lefelau ocsigen
- Beth yw gallu i wneud ymarfer corff? Sut mae'n cael ei fesur?
- Profion i fesur anadlu wrth gysgu
- Sut mae gweithwyr gofal iechyd yn mesur sensitifedd y llwybrau anadlu?
- Pa sganiau sy'n cael eu defnyddio i dynnu llun o'r ysgyfaint?
- Pa brofion sy'n cael eu defnyddio i edrych tu mewn i'r ysgyfaint?

Rydym yn ddiolchgar i'r Association for Respiratory Technology and Physiology (www.artp.org.uk/) am y cymorth i roi'r wybodaeth hon at ei gilydd.

Paratoi am eich prawf anadlu

Mae anadlu yn ein cadw ni'n fyw. Mae'n rhoi'r ocsigen sydd ei angen ar ein cyrff ac yn tynnu'r carbon deuocsid, sef y nwy gwastraff y mae ein celloedd yn ei gynhyrchu wrth iddynt ddefnyddio egni. Os oes gennych broblemau anadlu, efallai bydd eich gweithiwr gofal iechyd yn awgrymu cymryd un prawf, neu fwy.

- Beth yw profion anadlu ac ysgyfaint?
- Beth mae'r profion yn ei olygu?
- Pryd fyddai'n cael y canlyniadau? Beth maen nhw'n olygu?
- Sut alla' i baratoi am y prawf?
- Cwestiynau i'w holi am eich prawf anadlu neu ysgyfaint.
- Pa fathau o brofion anadlu ac ysgyfaint sydd yna?

Beth yw profion anadlu ac ysgyfaint?

Gall profion anadlu ac ysgyfaint helpu gweithwyr gofal iechyd i weld:

- a yw eich ysgyfaint yn gweithio'n normal, neu os oes problem.
- os oes problem, pa fath o broblem ydi hi
- os oes problem, pa mor ddifrifol yw hi.

Beth alla' i ddisgwyl o'r profion anadlu?

Bydd angen profion mwy cymhleth, neu lai cymhleth, ar wahanol bobl. Weithiau, dim ond unwaith fydd angen gwneud y profion i weld beth yw'r broblem. Weithiau, byddant yn cael eu hailadrodd i fonitro

newidiadau dros amser, neu sut byddwch chi'n ymateb i driniaeth.

Bydd gweithwyr gofal iechyd yn gwneud eich profion. Byddant yn gofalu bod y cyfarpar yn rhoi canlyniad manwl gywir. Byddant hefyd yn gofalu ei fod yn hylan i'w ddefnyddio. Er enghraifft, bydd darn ceg newydd yn cael ei roi i bawb, i'w daflu ar ôl i chi ei ddefnyddio.

Pryd fyddai'n cael y canlyniadau, a beth maen nhw'n olygu?

Efallai na chewch chi eich canlyniadau y diwrnod hwnnw. Efallai bydd rhaid i chi aros nes i chi weld eich ymgynghorydd, er mwyn iddo/iddi ddehongli'r canlyniadau. Pan gewch chi y prawf, gofynnwch pryd fydd eich canlyniadau yn barod.

Pan gewch chi y canlyniadau, gofynnwch i'ch gweithiwr gofal iechyd eu hegluro nhw i chi. Daliwch ati i holi nes byddwch chi'n deall beth mae eich canlyniadau yn golygu.

Cyngor: Mae'n syniad da gofyn am gopi caled o'ch canlyniadau, i'w gadw a mynd efo chi i apwyntiadau gofal iechyd eraill.

Bydd modd defnyddio canlyniadau profion, ochr yn ochr â'ch hanes meddygol, eich symptomau a chanlyniadau archwiliadau a phelydrau-X a sganiau. Bydd yr holl wybodaeth yn penderfynu pa driniaeth gewch chi.

Sut alla' i baratoi am fy mhrawf anadlu?

Pan ewch chi am brawf, efallai y cewch daflen neu lythyr efo cyfarwyddiadau. Darllenwch nhw'n ofalus cyn eich prawf. Ar gyfer rhai profion, efallai bydd gofyn i chi:

- wisgo dillad llac neu esgidiau addas ar gyfer prawf cerdded
- peidio ag ysmegu am 24 awr cyn y prawf (os ydych chi'n ysmegu, gall hyn effeithio ar ganlyniadau rhai profion)
- osgoi bwyta am rai oriau o flaen llaw
- osgoi yfed alcohol a diodydd efo caffeine ynddynt (fel coffi, te, cola neu ddiodydd egni) am rai oriau cynt
- peidio â chymryd eich meddyginiaeth am rai oriau cynt
- dod â'ch meddyginiaeth efo chi, fel anadlwyr.

Os nad ydych chi'n siŵr sut i baratoi, cysylltwch â'r sawl wnaeth yr apwyntiad i chi.

Os ydych chi wedi cael haint ar eich brest, neu bwl o'ch symptomau, ac wedi cymryd cyffuriau fel steroidau neu wrthfotigau i'w drin, gall hyn effeithio ar ganlyniadau'r prawf. Os bydd eich prawf ymhen 4 i 6 wythnos o hyn, gofynnwch i'ch gweithiwr gofal iechyd am fwrw ymlaen efo'r prawf. Cofiwch ddweud wrth bwy bynnag sy'n gwneud y prawf am yr haint a'r cyffuriau a gawsoch i'w drin.

Cwestiynau i'w holi am eich prawf anadlu neu ysgyfaint

Efallai bydd gennych gwestiynau penodol neu fanwl am eich profion anadlu neu ysgyfaint. Mae'n syniad da gwneud nodyn o'r rhain, a mynd â nhw efo chi i'ch apwyntiad. Os nad ydych chi'n siŵr beth i'w ofyn, dyma rai syniadau:

- Beth yw'r prawf?
- Pwy fydd yn gwneud y prawf, a ble?
- Beth fydd yn digwydd yn ystod y prawf, a pha mor hir mae'n para?
- Oes angen i mi baratoi am y prawf?
- A fydd unrhyw sgil effeithiau, a pha mor hir y byddant yn para?
- Sut a phryd fyddai'n cael y canlyniadau?

Pa fathau o brofion anadlu ac ysgyfaint sydd yna?

Gall gwahanol brofion anadlu ac ysgyfaint roi gwybodaeth wahanol i ni. Efallai y cewch chi brofion i fesur: anadlu a gweithrediad yr ysgyfaint

- lefelau ocsigen
- anadlu wrth gysgu
- gallu i wneud ymarfer corff
- sensitifedd eich llwybrau anadlu.
-

Efallai bydd meddygon eisiau gwybod mwy am beth sy'n digwydd yn eich ysgyfaint. Efallai y cewch sganiau delweddu neu ymchwiliadau i weld tu mewn i'ch ysgyfaint, i roi darlun gwell o iechyd eich ysgyfaint.

Cysylltwch â ni er mwyn darganfod cymorth yn agos i chi.

Llinell gymorth: 03000 030 555

Dydd Llun i ddydd Gwener, 9yb-5yh

Ni fydd galw ein llinell gymorth fyth yn costio mwy na galwad lleol ac mae'r galwad fel arfer yn rhad ac am ddim, hyd yn oed ar ffôn symudol.

helpline@blf.org.uk

blf.org.uk

Cod: BK17

Fersiwn: 3

blf.org.uk/breathing-tests

Adolygiad diwethaf: Ionawr 2020

Adolygiad nesaf: Ionawr 2020

Rydym ni'n gwerthfawrogi adborth ar ein gwybodaeth. Er mwyn mynegi eich barn, ac am y fersiwn diweddaraf o'r wybodaeth hon a chyfeirnodau, galwch y llinell gymorth neu ymwelwch â blf.org.uk