Eich rhodd

Beth sy'n digwydd pan rydych yn gwirfoddoli i roi gwaed i Wasanaeth Gwaed Cymru

gwaedcymru.org.uk
0800 252266

GGC Cyf: 015C Fersiwn 15 05/20

Dilynwch ni

GIG Cymru NHS Wales
Ymddiriedolaeth GIG Prifysgol Felindre
Velindre University NHS Trust

Beth sy'n digwydd pan fyddwch yn rhoi gwaed?

Cofrestru

Pan fyddwch yn gwirfoddoli i roi gwaed am y tro cyntaf caiff eich manylion eu cofrestru gyda Gwasanaeth Gwaed Cymru (GGC). Caiff yr holl wybodaeth amdanoch chi a'ch rhodd gwaed ei thrin yn gyfrinachol a'i storio'n ddiogel ar ein cronfa ddata yn unol â gofynion y ddeddfwriaeth Diogelu Data bresennol.

Sgrinio Iechyd

Yn gyntaf, mae angen i ni eich cofrestru. Yna bydd aelod o'n tîm yn dangos sut i ddefnyddio'r sgrin gyffwrdd er mwyn cwblhau Holiadur Archwiliad Iechyd y Rhoddwyr, sy'n dweud wrthym am eich iechyd cyffredinol a'ch ffordd o fyw. Rydym am wneud yn siŵr eich bod yn ffit ac yn ddigon iach i roi gwaed a bod eich gwaed yn ddiogel i'w roi i glaf. Bydd aelod o staff yn trafod yr holiadur iechyd gyda chi yn gwbl gyfrinachol er mwyn asesu a ydych yn addas.

Byddwn yn gofyn i chi lofnodi i ddangos eich bod yn deall canlyniadau'r broses o roi gwaed ac yn rhoi eich caniatâd ar gyfer y canlynol:

- I'ch gwaed gael ei brofi (am ragor o wybodaeth gweler y daflen **Profi rhoddion gwaed**)
- I'ch gwaed gael ei ddefnyddio er budd cleifion
- Efallai y byddwn hefyd yn gofyn i chi roi eich caniatâd i wneud rhai profion ychwanegol neu ganiatáu i'ch rhodd gael ei defnyddio at ddibenion penodol. Darperir y wybodaeth berthnasol yn yr achosion hyn.

Os na allwch roi rhodd am unrhyw reswm, byddwn yn dweud pam wrthych. Mewn rhai achosion efallai y bydd angen i ni gael caniatâd i gysylltu â'ch meddyg teulu i gael rhagor o wybodaeth cyn gwneud penderfyniad.

Profion Hemoglobin

Byddwn yn cymryd diferyn bach o waed o'ch bys i wirio lefelau haearn. Os bydd hwn yn dangos na allwch roi gwaed heddiw, byddwn yn cynnig sampl gwaed i chi ac yn ysgrifennu atoch i roi cyngor ynglŷn â beth i'w wneud nesaf.

Rhoi gwaed

- Gofynnir i chi orwedd ar wely neu gadair rhoi gwaed lle byddwn yn cadarnhau eich manylion.
- Er mwyn gwneud y wythïen yn fwy amlwg, rhoddir cyffen bwysedd am ran uchaf eich braich, a chaiff y man hwn ei lanhau â meddyginiaeth wrth-heintiol.
- Yna caiff nodwydd sydd wedi'i chysylltu â bag gwaed ei gosod. Mae'n well agor a chau eich llaw tra byddwch yn rhoi gwaed. Mae hyn yn helpu'r gwaed i lifo'n hawdd. Bydd ein staff yn cadw llygad barcud arnoch i wneud yn siŵr bod popeth yn iawn.
- Fel arfer, bydd yn cymryd rhwng pump a deg munud i chi roi ychydig o dan beint o waed. Ar yr un pryd, bydd samplau gwaed yn cael eu casglu i'w profi. Os bydd unrhyw broblemau neu os nad ydych yn hapus i barhau, byddwn yn rhoi'r gorau i'r broses yn gynnar. Rhowch wybod i ni.
- Ar ôl rhoi gwaed, caiff y nodwydd ei thynnu allan o'ch braich yn ofalus a bydd rhwymyn yn cael ei rhoi arni . Byddwn yn dangos i chi sut mae rhoi pwysau ar y man ble roedd y nodwydd. Mae hyn yn bwysig i atal cleisio.

Cyngor Cyn Rhoi Gwaed

- Gofalwch eich bod yn bwyta ac yn yfed cyn rhoi gwaed.
- Gwnewch yn siŵr eich bod chi'n gyfforddus a gwisgwch ddillad gyda llewys rhydd, gan y bydd angen i ni dorchi eich llawes heibio eich penelin pan fyddwch chi'n rhoi gwaed.
- Rydym yn argymell eich bod chi'n cael noson lawn o gwsg cyn rhoi gwaed. Bydd hyn yn lleihau'r risg y byddwch yn teimlo'n sâl.
- Mae'n bwysig iawn osgoi alcohol cyn ac ar ôl rhoi gwaed, gan y gallai hyn effeithio ar eich lefelau hydradu ac arafu'r gwella.
- Mae'n bwysig hefyd, eich bod chi'n osgoi sawnas, ystafelloedd stêm a baddonau poeth cyn ac ar ôl i chi roi gwaed.
- Dylech osgoi gwneud unrhyw fath o ymarfer corff egnïol neu godi pethau trwm ar y diwrnod rydych chi'n rhoi gwaed - cyn ac ar ôl i chi roi gwaed.

Ar ôl rhoi gwaed

Ar ôl rhoi gwaed, gofynnir i chi orffwys ar y gwely am gyfnod byr i sicrhau bod popeth yn iawn, cyn symud i'r ardal luniaeth. Mae'n bwysig disodli'r hylif rydych wedi'i golli, felly yfwch!

Profi rhoddion gwaed

Caiff eich grŵp gwaed ei gadarnhau bob tro y byddwch yn rhoi gwaed. Rydym hefyd yn profi eich gwaed am HIV, hepatitis B, C, E, syffilis a HTLV[1]. Os bydd eich rhodd gwaed yn profi'n bositif am unrhyw un o'r profion hyn, cewch wybod a byddwch yn cael cynnig cyngor pellach a bydd yn rhaid dinistrio eich rhodd gwaed.

Cynhelir profion pellach ar rai rhoddion gwaed naill ai oherwydd gwybodaeth a ddarparwyd gennych chi e.e. hanes teithio, neu i ddiwallu anghenion arbennig cleifion penodol e.e. babanod. Gall y profion hyn gynnwys prawf am falaria a grwpio gwaed manylach.

Caiff yr amrywiaeth o brofion gwaed a gynhelir gan GGC ei adolygu'n rheolaidd ac efallai y cyflwynir profion eraill yn y dyfodol.

1. Mae Feirws T Lymffotropig Dynol yn achosi clefyd gwaed a chlefyd nerfau difrifol. Mae'n hysbys y gellir trosglwyddo HLTV drwy drallwysiad.

Cofnodir pob rhodd yn ôl eu grwpiau gwaed a byddwn yn cynnal y profion canlynol ar bob rhodd, waeth sawl gwaith y byddwch wedi rhoi gwaed: HIV (feirws AIDS), Hepatitis B, C, E, HTLV (Feirws T Lymffotropig Dynol) a Syffilis. Gallai'r bobl sy'n cario'r heintiau hyn aros yn iach am flynyddoedd lawer ond, gellir pasio'r haint ymlaen drwy drallwysiad gwaed a gallai gael effaith hirdymor ddifrifol ar y rhoddwr a'r claf.

Adwaith aneglur yn ein profion

Mewn rhai achosion prin, bydd rhai rhoddion yn anaddas gan fod gwaed y rhoddwr yn adweithio yn erbyn y cemegau profi a ddefnyddiwn. Er nad oes unrhyw oblygiadau iechyd i'r rhoddwr, mae problemau o'r fath yn y profion yn ein rhwystro rhag defnyddio'r gwaed.

Byddwn yn anfon eglurhad mwy manwl os bydd eich rhodd gwaed yn cael adwaith aneglur.

Defnyddio eich rhodd platennau er budd cleifion

Defnyddir y mwyafrif helaeth o roddion gwaed ar gyfer cleifion e.e. ar ôl colli gwaed neu driniaeth canser.

Hoffem i roddwyr gwaed wybod y gellid defnyddio eu rhoddion gwaed at ddibenion eraill yn hytrach na thrallwysiadau gwaed uniongyrchol i gleifion. Fel rhan o'n hymrwymiad i ddarparu gwasanaeth o safon, rydym weithiau'n defnyddio rhoddion at ddibenion eraill sy'n bwysig i'n gwaith, fel sicrhau ansawdd, addysg, hyfforddiant ac i gynnal profion.

Efallai y byddwn yn defnyddio'r rhodd hefyd ym mharatoadau masnachol cynhyrchion sy'n gysylltiedig â gofal iechyd yng Ngwasanaeth Gwaed Cymru neu gan sefydliadau eraill. Gall eich rhodd gael ei defnyddio ar gyfer ymchwil wedi'i awdurdodi gan y GIG, ac sydd wedi cael ei gymeradwyo gan bwyllgor moeseg.

Mae'n bosib y gallai eich rhodd gael ei defnyddio at ddibenion fel hyn ac os felly, bydd GGC yn sicrhau nad oes goblygiadau ar gyfer eich iechyd nac eich lles, na fyddwch yn gallu cael eich adnabod, ac y bydd unrhyw incwm a dderbynnir gennym ni yn cael ei ddefnyddio i ganslo allan costau GGC ac felly, i gynrychioli budd i'r Gwasanaeth Iechyd Gwladol yng Nghymru.

Canlyniadau posibl rhoi gwaed

Cleisio

Weithiau bydd cleisiau'n ymddangos ar ôl rhoi gwaed. Nid yw cleisiau yn ddifrifol, mae'r rhan fwyaf yn fach ac yn diflannu o fewn ychydig ddyddiau. Weithiau, ond nid yn aml, gall y cleisio waethygu a mynd yn boenus; os bydd hyn yn digwydd ffoniwch GGC am gyngor, cysylltwch â'ch meddyg teulu neu ffoniwch Galw Iechyd Cymru.

I'r rhan fwyaf o bobl, mae rhoi gwaed yn brofiad syml a didrafferth.

Llewygu

Mae rhai pobl yn teimlo'n benysgafn yn ystod y sesiwn rhoi gwaed neu ar ôl hynny; os bydd hyn yn digwydd rhowch wybod i aelod o'n staff ar unwaith. Mae ein staff wedi'u hyfforddi i ofalu amdanoch a byddant yn gwneud yn siŵr nad ydych yn gadael y clinig rhoi gwaed tan eich bod yn teimlo'n well.

Os byddwch yn teimlo’n benysgafn ar ôl gadael y clinig, gorweddwch i lawr tan eich bod yn teimlo’n well. Os byddwch yn parhau i deimlo’n sâl ffoniwch GGC am gyngor, cysylltwch â’ch meddyg teulu neu ffoniwch Galw Iechyd Cymru.

Peryglon anghyffredin iawn

Yn anaml iawn gall gosod y nodwydd achosi llid yn eich braich, llid ar nerf neu wneud twll mewn rhydweli. Mae ein staff wedi eu hyfforddi i adnabod y cymhlethdodau anghyffredin hyn a byddwch yn cael triniaeth a chyngor priodol ar unwaith. Os bydd hyn yn digwydd ar ôl i chi adael y sesiwn ffoniwch GGC am gyngor, cysylltwch â’ch meddyg teulu neu ffoniwch Galw Iechyd Cymru.

Diolch am wirfoddoli i roi gwaed

I gofnodi problem o ganlyniad i roi gwaed ffoniwch 0800 252266 rhwng 8yb a 8yp o ddydd Llun i ddydd Gwener a rhwng 9yb a 1yp ar ddydd Sadwrn.

Y tu allan i’r oriau hyn ffoniwch (01443) 622000.

Gwasanaeth Gwaed Cymru
0800 252266
gwaedcymru.org.uk