LabourPains.com
Reliable information from doctors, midwives & mothers on pain relief & anaesthesia choices for your baby's birth

Poenau Esgor - taflen wybodaeth toriad cesaraidd

Nod y daflen hon yw rhoi gwybod i chi beth fydd yn digwydd os/pan fyddwch chi'n cael toriad cesaraidd.

Pryd y bydd angen toriad cesaraidd arna i a beth ddylwn i ei ddisgwyl?

Toriad cesaraidd dewisol (wedi'i gynllunio)

Pan gaiff eich toriad cesaraidd ei gynllunio o flaen llaw.

Paratoadau:

Cyn eich toriad cesaraidd:

- Byddwch yn gweld bydwraig, obstetrydd ac anesthetydd a fydd yn esbonio beth i'w ddisgwyl
- Byddwn yn gwneud yr arsylwadau arferol yn ogystal â phrofion gwaed i wneud yn siŵr nad ydych chi'n anemig ac i gadarnhau eich grŵp gwaed rhag ofn y bydd arnoch angen trallwysiad gwaed yn ystod eich llawdriniaeth neu ar ei hôl.
- Byddwch yn cael tabledi i leihau'r asid yn eich stumog ac i atal salwch
- Byddwch yn cael gwybodaeth ynglŷn â phryd i beidio â bwyta ac yfed i baratoi am y toriad cesaraidd

Mewn rhai unedau mamolaeth, bydd merched sy'n cael toriad cesaraidd dewisol yn rhan o Raglen Gwell Adferiad sef dull modern o helpu pobl i wella'n gynt ar ôl llawdriniaeth.

Ar y diwrnod:

Pan fyddwch chi'n cofrestru yn yr uned mamolaeth, byddwch yn cael eich paratoi ar gyfer y theatr:

- Byddwn yn rhoi bandiau enwau i chi yn ogystal â sanau arbennig i leihau risg i'r gwaed geulo yn eich coesau
- Byddwn yn gwneud yr arsylwadau arferol
- Byddwn yn gwneud yn siŵr bod gennych chi ffurflen gydsynio ddilys
- Byddwn yn gwneud yn siŵr eich bod wedi cael eich tabledi cyn-feddyginiaeth ac yn gofyn pryd y gwnaethoch fwyta ac yfed ddiwethaf
- Byddwch chi a'r partner yn cael dillad theatr

Byddwn yn ateb unrhyw gwestiynau ynglŷn â'ch toriad cesaraidd

Toriad cesaraidd brys (heb ei gynllunio)

Pan fydd eich obstetrydd yn argymell torraid cesaraidd. Byddwch fel arfer wedi dechrau esgor. Os yw'n fater o frys mawr (e.e. oherwydd bod problem wedi codi gyda'ch babi), byddwn yn newid neu hyd yn oed yn peidio â gwneud yr holl baratoadau y byddem yn eu gwneud fel arfer.

Pwy fydd yn y theatr llawdriniaethau?

Mae yna lawer o bobl yn gweithio yn y theatr llawdriniaethau:

- Byddwch yn gweld bydwraig, obstetrydd ac anesthetydd a fydd yn esbonio beth i'w ddisgwyl
- Byddwn yn gwneud yr arsylwadau arferol a phrofion gwaed i wneud yn siŵr nad ydych chi'n anemig ac i gadarnhau eich grŵp gwaed rhag ofn y bydd arnoch angen trallwysiad gwaed yn ystod eich llawdriniaeth neu ar ei hôl.
- Byddwch yn cael tabledi i leihau'r asid yn eich stumog ac i atal salwch
- Byddwch yn cael gwybodaeth ynglŷn â phryd i beidio â bwyta ac yfed er mwyn bod yn barod ar gyfer eich toriad cesaraidd

Mae'n dibynnu ar y math o anesthetig y byddwch yn ei gael p'un a fydd eich partner yn cael dod gyda chi i'r theatr llawdriniaethau ai peidio (gweler isod).

© Hawlfraint 2016 - Obstetric Anaesthetists' Association - 21 Portland Place - London - W1B 1PY - UK
Rhif ffon: +44 (0)20 7631 8883 Ffacs: +44 (0)20 7631 4352 Rhif Elusen Cofrestredig 1111382 Rhif Cofrestredig 5540014 (Lloegr)

Beth fydd yn digwydd pan fydda i'n cyrraedd y theatr?

Bydd aelod o staff yn eich cofrestru yn y theatr. Os nad oes gennych un yn barod, byddwn yn gosod caniwla yn eich llaw neu'ch braich er mwyn i'r anesthetydd roi hylifau a meddyginiaeth i chi. Bydd tîm y theatr yn gosod rhai dyfeisiadau monitro arferol ar eich corff, eich braich a'ch bys - nid yw'r rhain yn brifo. Bydd tîm y theatr yn cyflwyno'r tîm ac yna'n mynd drwy'r rhestr wirio diogelwch arferol fel sy'n cael ei argymell gan WHO (Sefydliad Iechyd y Byd).

Yr Anesthetig: mathau o anesthetig

Mae dau brif fath o anesthetig: byddwch naill ai'n effro (anesthetig rhanbarthol) neu'n cysgu (anesthetig cyffredinol).

Anesthetig rhanbarthol

Beth ydy hwn?

Mae'r rhan fwyaf o famau'n dewis bod yn effro ar gyfer y llawdriniaeth, sydd fel arfer yn fwy diogel i chi a'ch babi ac yn caniatau i chi a'ch partner geni brofi'r enedigaeth gyda'ch gilydd.

Anesthetig asgwrn cefn:

- Dyma'r anesthetig sy'n cael ei ddefnyddio amlaf.
- Defnyddir nodwydd fain iawn i chwistrellu anesthetig lleol a chyffuriau cryf sy'n lladd poen i'r cefn. Mae'r feddyginiaeth yn mynd i'r hylif sy'n cynnwys y nerfau sydd fel arfer yn gwneud i chi deimlo'ch bol a'ch coesau.

Anesthetig CSE (Epidwral ac anesthetig asgwrn cefn wedi'i gyfuno):

- Bydd anesthetig asgwrn cefn yn cael ei gyfuno gydag epidwral.

Epidwral atodol:

- Weithiau mae'n bosibl y bydd angen torraid cesaraidd yn ystod y cyfnod esgor a'ch bod eisoes wedi cael epidwral.

Beth i'w ddisgwyl?

- Byddwn yn gofyn i chi naill ai eistedd yn pwyso dros glustog neu orwedd ar eich ochr, yn cyrlio'ch cefn.
- Bydd yr anesthetydd yn chwistrellu eich cefn gyda thoddiant sterileiddio oer ac yna'n rhoi chwistrell o anesthetig lleol i waelod eich cefn er mwyn gwneud eich croen yn ddideimlad.
- O'r pwynt hwn ymlaen, dylech deimlo pwysau neu wthio ar eich cefn yn unig. Pan fydd yr anesthetig yn cael ei chwistrellu, efallai y byddwch yn teimlo pinnau bach yn mynd i lawr un goes. Fel arfer nid oes angen poeni ond dylech sôn wrth yr anesthetydd os yw'n digwydd i chi.
- Bydd hyn yn cymryd ychydig funudau'n unig ond os yw'n anodd cael hyd i'r safle cywir ar gyfer y nodwydd, gall gymryd mwy o amser.
- Bydd eich pen ôl a'ch coesau'n dechrau teimlo'n gynnes a thrwm neu efallai y byddwch yn teimlo pigiadau bach ynddynt.
- Bydd yr anesthetydd yn gwirio'r anesthetig gyda chwistrell oer cyn i'r llawdriniaeth ddechrau.
- Weithiau mae'r chwistrell yn gwneud i'ch pwysau gwaed ostwng a gall hyn wneud i chi deimlo'n sâl. Cofiwch ddweud os yw hyn yn digwydd gan y medrwn ei drin yn hawdd iawn gyda meddyginiaethau.

Anesthetig cyffredinol

Beth yw hwn?

Byddwch yn cysgu tra bydd yr obstetrydd yn gwneud y toriad cesaraidd. Efallai y bydd ei angen ar gyfer toriad cesaraidd ar frys pan fo'n rhaid i'r babi gael ei eni ar frys, neu os nad yw anesthetig rhanbarthol yn addas i chi (oherwydd anhwylderau ceulo gwaed neu broblemau gyda'ch cefn),os ydych chi'n teimlo poen yn ystod eich llawdriniaeth neu os ydy hi'n well gennych chi gysgu.

Beth i'w ddisgwyl?

Mae'r rhan fwyaf o'r paratoadau yn debyg i'r rhai ar gyfer anesthetig rhanbarthol. Byddwn yn gofyn i chi orwedd ar y bwrdd llawdriniaeth a fydd yn gwyro i'r chwith. Bydd gofyn i chi yfed meddyginiaeth wrthasid a bydd mwgwd ocsigen tynn yn cael ei osod dros eich wyneb. Bydd yr anesthetydd yn chwistrellu'r feddyginiaeth i'ch caniwla. Cyn i chi fynd i gysgu, byddwch yn teimlo ychydig o bwysau ar eich gwddf.

Beth sy'n digwydd yn ystod y llawdriniaeth a pha mor hir y bydd yn ei gymryd?

Os ydych chi'n effro ar gyfer eich llawdriniaeth: Efallai y byddwch yn teimlo pwysau a thynnu ond ni ddylech chi deimlo unrhyw boen. Mae rhai merched wedi disgrifio'r teimlad fel 'rhywun yn golchi llestri yn fy mol'. Bydd yr anesthetydd yn siarad gyda chi yn ystod y llawdriniaeth ac yn rhoi mwy o gyffuriau lladd poen i chi os oes angen. Weithiau mae angen anesthetig cyffredinol. Gall y geni gymryd munudau'n unig ond os ydych chi wedi cael llawdriniaethau o'r blaen, gall gymryd mwy o amser. Bydd y babi'n cael ei sychu a'i archwilio gan y fydwraig a/neu bediatrydd. Os yw popeth yn iawn, rydym yn annog croen wrh groen a byddwn yn eich helpu i wneud hyn. Ar ôl yr enedigaeth, bydd yr obstetrydd yn tynnu'r brych ac yn cau'r clwyf. Gall hyn gymryd 30 munud arall neu fwy i'w gwblhau.

Ar ôl y toriad cesaraidd a chyffuriau lladd poen:

Efallai y cewch chi dawddgyffur i helpu lleddfu'r boen wrth i effaith yr anesthetig bylu. Os cawsoch chi anesthetig rhanbarthol, bydd y meddyginiaethau a gawsoch yn yr anesthetig asgwrn cefn neu'r anesthetig CSE neu'r anesthetig epidwral atodol yn para am rai oriau. Os cawsoch chi anesthetig cyffredinol, efallai y byddwch yn cael anesthetig lleol i wneud rhai o nerfau'r bol yn ddideimlad. Pan ddaw'r llawdriniaeth i ben, byddwch chi a'ch babi'n cael eich symud ar wely i'r man adfer. Byddwn yn eich monitro am oddeutu 30 munud. Os nad ydych chi'n teimlo'n sâl, byddwn yn eich annog i gymryd eich diod gyntaf. Gall y fydwraig roi tabledi megis parasetamol a thabledi gwrthlidiol fel ibuprofen.

Mae rhagor o wybodaeth am y gwahanol fathau o anesthetig, eu manteision a'r risgiau ar gael o:**www.labourpains.com** Gweler hefyd ein taflen 'Gwybodaeth am doriad cesaraidd i bartner geni'.

© Hawlfraint 2016 - Obstetric Anaesthetists' Association - 21 Portland Place - London - W1B 1PY - UK
Rhif ffon: +44 (0)20 7631 8883 Ffacs: +44 (0)20 7631 4352 Rhif Elusen Cofrestredig 1111382 Rhif Cofrestredig 5540014 (Lloegr)