

Clostridioides difficile (C. diff) – gwybodaeth i gleifion sydd wedi cael presgripsiwn gwrthfotigau

Rydych wedi cael y daflen hon am eich bod wedi cael presgripsiwn gwrthfotigau i drin haint.

Gall eich haint wneud i chi deimlo'n sâl iawn, a gwrthfotigau yw'r driniaeth orau. Gall cymryd gwrthfotigau achosi sgîl-effeithiau, ac un o'r rhai mwyaf cyffredin yw dolur rhydd.

Yn gyffredinol mae dolur rhydd sy'n gysylltiedig â gwrthfotigau yn ysgafn ac nid oes angen triniaeth bellach arno. Weithiau, gall pobl gael math mwy difrifol o ddolur rhydd, a achosir gan y germ C. difficile, a elwir yn gyffredin yn C. diff.

Pwrrpas y daflen hon yw dweud wrthyhych am haint C. diff, sy'n gysylltiedig â defnyddio gwrthfotigau.

Arwyddion mwyaf cyffredinⁱ C. diff yw:

- dolur rhydd dyfrllyd, a all fod yn waedlyd;
- crampiau poenus yn y bol;
- teimlo'n gyfoglyd;
- arwyddion o ddadhydradu, fel ceg sych, pen tost a phasio dŵr yn llai aml nag arfer;
- tymheredd uchel (twymyn) sy'n uwch na 38C (100.4F); a
- diffyg archwaeth a cholli pwysau.

Gall C. diff wneud pobl yn sâl iawn.

Os ydych wedi cymryd gwrthfotigau, efallai y byddwch yn cael C. diff ddyddiau, wythnosau neu hyd yn oed fisoedd ar ôl eu cymryd.

Mynnwch sylw meddygol yn brydlon os oes gennych arwyddion o haint C. diff, fel y gallwch gael eich profi a'ch trin cyn gynted â phosibl.

Os ydych wedi cael C. diff o'r blaen, **rhaid** i chi ddweud wrth eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol, gan y gallai hyn effeithio ar eich triniaeth.

Gall gwrthfotigau hefyd achosi sgîl-effeithiau eraill, yn ogystal â C. diff. Darllenwch y daflen wybodaeth a ddarperir gyda'ch gwrthfotigau.

Mae'n bwysig iawn eich bod yn cysylltu â gweithiwr gofal iechyd proffesiynol os byddwch yn datblygu unrhyw sgîl-effeithiau o'ch gwrthfotigau.

Daliwch ati i gymryd eich gwrthfotigau oni bai bod gweithiwr gofal iechyd proffesiynol yn dweud wrthyhych am roi'r gorau iddynt. Gallai stopio cymryd eich gwrthfotigau ar bresgripsiwn heb gyngor meddygol waethygu eich haint.

Rhagor o wybodaeth

Beth yw Clostridioides difficile?

Germ a geir ym mherfedd nifer fach o bobl iach yw Clostridioides difficile, a elwir yn gyffredin yn C. diff.

Fel arfer mae'n ddiniwed ond gall luosi ac achosi haint os bydd germau 'da' eraill yn y perfedd yn cael eu niweidio gan driniaethau meddygol, fel gwrthfotigau neu gemothherapi. Gall y germau da hyn helpu i amddiffyn rhag C. diff. Defnyddio gwrthfotigau yw'r achos mwyaf cyffredin o haint C. diff.

Sut mae pobl yn cael haint C. diff?

Gall C. diff oroesi y tu allan i'r corff ar wahanol arwynebau am amser hir. Gellir dod o hyd iddo mewn llawer o leoedd, y tu mewn a'r tu allan i'n cartrefi ac ysbytai. Gallwn lyncu germau C. diff heb sylweddoli ar ôl cyffwrdd ag arwynebau sydd â C. diff arnynt. Fel arfer nid yw hyn yn eich gwneud yn sâl, ond gall wneud hynny weithiau.

Y ffordd fwyaf cyffredin o ledaenu germau fel C. diff yw trwy ddwylo pobl. Golchi eich dwylo yw'r peth pwysicaf y gallwch ei wneud i helpu i leihau lledaeniad heintiau. Gall golchi eich dwylo'n iawn â sebon a dŵr helpu i'ch amddiffyn chi, eich teulu, ac eraill.

Dylech wneud golchi dwylo'n rheolaidd â sebon a dŵr yn rhan o'ch trefn ddyddiol, yn enwedig cyn bwyta neu drin bwyd, ar ôl defnyddio'r toiled, pan fydd eich dwylo'n fudr, ac wrth fynd i mewn i ysbyty neu adael ysbyty.

Beth yw symptomau haint C. diff?

Gall C. diff niweidio leinin wal y perfedd gan achosi symptomau gan gynnwys dolur rhydd, diffyg archwaeth, teimlo'n gyfoglyd, poen yn y bol a thwymyn (tymheredd uchel). Weithiau gall C. diff achosi cymhlethdodau mwy difrifol y bydd angen eu trin yn yr ysbyty.

Rydych yn fwy tebygol o gael haint C. diff os ydych:

- yn cymryd gwrthfotigau, neu wedi cymryd gwrthfotigau yn ddiweddar;
- yn yr ysbyty neu mewn cartref gofal, yn enwedig os ydych wedi bod yno ers amser hir;
- dros 65 oed;
- yn cael triniaeth ar gyfer canser;
- yn cymryd meddyginiaeth i leihau'r asid yn eich stumog;
- yn dioddef o gyflwr sy'n achosi llid yn y perfedd;
- wedi cael llawdriniaeth ar y stumog neu'r perfedd; neu
- yn dioddef o salwch neu'n cymryd meddyginiaethau sy'n gwanhau eich imiwnedd (y ffordd y mae eich corff yn ymladd heintiau).

Gallwch gael haint C. diff heb unrhyw un o'r ffactorau risg hyn.

Gall pobl ddod i gysylltiad â germau C. diff a pheidio â mynd yn sâl eu hunain; ond gallant ei ledaenu i eraill.

Sut mae C. diff yn lledu?

Pan fydd gan rywun C. diff, mae'r germau hyn i'w cael yn eu pŵ. Os yw eu pŵ yn rhydd iawn (dolur rhydd), maen nhw'n fwy tebygol o ledu i bobl eraill. Gall germau oroesi ar groen (er enghraifft, eich dwylo), ffabrigau, toiledau, comodau, fframiau gwelyau ac arwynebau eraill ac yna lledu a heintio pobl eraill.

Heb lanhau trylwyr, gall y germau oroesi am amser hir iawn, lledu a heintio pobl eraill.

Os oes gennych ddolur rhydd, mae'n rhaid i chi, ac unrhyw un y byddwch yn dod i gysylltiad uniongyrchol â nhw neu'n rhannu lle â nhw pan fyddwch yn sâl, olchi dwylo â dŵr a sebon bob amser a'u sychu'n drylwyr. **Nid yw** gel llaw ag alcohol yn effeithiol yn erbyn C. diff.

ⁱ [Clostridium difficile | NHS inform](#)