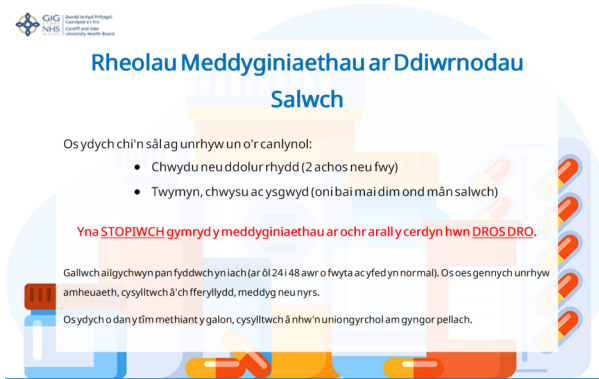


Cerdyn 'Rheolau Meddyginiaethau ar Ddiwrnodau Salwch'

Os ydych yn cymryd meddyginiaethau sy'n gofyn am 'reolau ar ddiwrnodau salwch' gall eich meddyg, nyrs neu fferyllydd anfon nodyn at goffa maint cerdyn credyd i chi o'r rheolau hyn (a ddangosir isod).



Rheolau Meddyginiaethau ar Ddiwrnodau Salwch

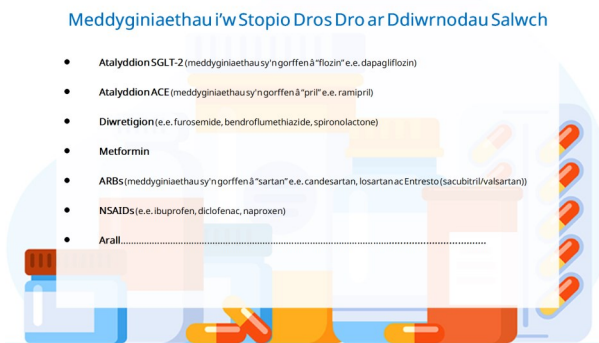
Os ydych chi'n sâl ag unrhyw un o'r canlynol:

- Chwydu neu ddolur rhydd (2 achos neu fwy)
- Twymyn, chwysu ac ysgwyd (oni bai mai dim ond mân salwch)

Yna STOPIWCH gymryd y meddyginiaethau ar ochr arall y cerdyn hwn DROS DRO.

Gallwch ailgychwyn pan fyddwch yn iach (ar ôl 24 i 48 awr o fwyta ac yfed yn normal). Os oes genynch unrhyw amheuaeth, cysylltwch â'ch fferyllydd, meddyg neu nyrs.

Os ydych o dan y tîm methiant y galon, cysylltwch â nhw'n uniongyrchol am gyngor pellach.



Meddyginiaethau i'w Stopio Dros Dro ar Ddiwrnodau Salwch

- Atalyddion SGLT-2 (meddyginiaethau sy'n gorffen â "flozin" e.e. dapagliflozin)
- Atalyddion ACE (meddyginiaethau sy'n gorffen â "pril" e.e. ramipril)
- Diwretigion (e.e. furosemide, bendroflumethiazide, spironolactone)
- Metformin
- ARBs (meddyginiaethau sy'n gorffen â "sartan" e.e. candesartan, losartanac, Entresto (sacubitril/valsartan))
- NSAIDs (e.e. ibuprofen, diclofenac, naproxen)
- Arall.....

Angen mwy o wybodaeth?

Cysylltwch â'ch fferyllydd, meddyg, nyrs neu dîm arbenigol.

Tîm Rheoli Meddyginiaethau PCIC Awst2025.

Adolygiad Awst2028.

Addasiad o daflen a cherdyn claf NHS Scotland Sick Day Rules.

Meddyginiaethau a Dadhyradu

Taflen Wybodaeth i Gleifion

Mae'r daflen hon yn rhoi gwybodaeth am bagamau i'w cymryd os byddwch yn datblygu salwch sy'n achosi dadhyradu. Gelwir y camau hyn yn 'rheolau meddyginiaethau ar ddiwrnodau salwch'.



Beth yw dadhydradu a beth sy'n ei achosi?

Mae dadhydradu'n digwydd pan nad oes gan eich corff gymaint o ddŵr ag sydd ei angen. Heb ddigon o ddŵr ni all eich corff weithredu'n iawn. Gall chwydu, dolur rhydd a thwymyn (tymheredd uchel, chwysu, ysgwyd) wneud i chi ddadhydradu. Os ydych chi'n sâl unwaith neu'n cael dolur rhydd unwaith, yna mae'n annhebygol y byddwch chi'n dadhydradu. Gall cael dau achos neu fwy o chwydu a/neu ddolur rhydd arwain at ddadhydradu.

Pam ddylech chi boeni am ddadhydradu?

Mae cymryd rhai meddyginiaethau pan fyddwch chi wedi dadhydradu yn gallu eich gwneud chi'n fwy sâl. Rhestrir y meddyginiaethau hyn ar y dudalen gyferbyn.

Pa gamau ddylwn i eu cymryd?

Os byddwch yn datblygu salwch dadhydradu, dylech stopio cymryd unrhyw feddyginiaethau a restrir yn y daflen hon neu unrhyw feddyginiaethau eraill a nodir gan eich gweithiwr iechyd proffesiynol dros dro. Mae'n bwysig iawn eich bod yn ailddechrau cymryd y meddyginiaethau unwaith y byddwch wedi gwella. Mae hyn fel arfer ar ôl 24 i 48 awr o fwyta ac yfed yn normal. Pan fyddwch chi'n ailgychwyn eich meddyginiaethau, cymerwch nhw fel arfer. **Peidiwch â chymryd mwy am y dosau rydych chi wedi'u methu.**

Os ydych chi dan y tîm methiant y galon arbenigol ac yn datblygu salwch dadhydradu, dylech stopio cymryd unrhyw feddyginiaethau a restrir yn y daflen hon dros dro a chysylltu â nhw'n uniongyrchol cyn gynted â phosibl i gael cyngor ar ailddechrau.



Pa feddyginiaethau y dylid stopio eu cymryd dros dro?

Atalyddion SGLT-2:

Enghreifftiau: enwau meddyginiaethau sy'n gorffen â 'flozin' fel dapagliflozin, empagliflozin, canagliflozin

Meddyginiaeth ar gyfer diabetes math 2, methiant y galon a chlefyd yr arennau.

Gall dadhydradu ei gwneud yn fwy tebygol y byddwch yn datblygu sgil-ffaith difrifol o'r enw euglycemic diabetic ketoacidosis (cymhlethdod diabetes a allai fygwth bywyd lle mae sylweddau niweidiol o'r enw cetonau yn cronni yn y gwaed).

Atalyddion ACE:

Enghreifftiau: enwau meddyginiaethau sy'n gorffen â 'pril' fel ramipril, lisinopril, perindopril

Meddyginiaeth ar gyfer pwysedd gwaed uchel a chyflyrau'r galon.

Os ydych chi wedi dadhydradu, gall y meddyginiaethau hyn atal eich arennau rhag gweithio'n iawn.

Diwretigion:

Enghreifftiau: furosemide, bendroflumethiazide, indapamide, spironolactone

Meddyginiaeth ar gyfer hylif gormodol a phwysedd gwaed uchel. Weithiau fe'u gelwir yn 'dabledi dŵr'.

Gall y meddyginiaethau hyn waethgu salwch dadhydradu sy'n bodoli eisoes.

Metformin

Meddyginiaeth ar gyfer diabetes math 2.

Gall dadhydradu ei gwneud hi'n fwy tebygol y byddwch chi'n datblygu sgil-ffaith difrifol o'r enw lactic acidosis (cymhlethdod diabetes a allai fygwth bywyd lle mae asid lactig yn cronni yn y llif gwaed). Gall y meddyginiaethau hyn waethgu salwch dadhydradu sy'n bodoli eisoes.

ARB's:

Enghreifftiau: enwau meddyginiaethau sy'n gorffen â 'sartan' fel losartan, candesartan, valsartan. Mae hefyd yn cynnwys Entresto (sacubitril/valsartan)

Meddyginiaeth ar gyfer pwysedd gwaed uchel a chyflyrau'r galon.

Os ydych chi wedi dadhydradu, gall y meddyginiaethau hyn atal eich arennau rhag gweithio'n iawn.

NSAID's:

Enghreifftiau: ibuprofen, naproxen, diclofenac

Cyffuriau lleddfu poen gwrthlidiol.

Os ydych chi wedi dadhydradu, gall y meddyginiaethau hyn atal eich arennau rhag gweithio'n iawn.