

CYLCHLYTHYR IECHYD CYMRU



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Dyddiad Cyhoeddi: (29/09/2020)

STATWS: CYDYMFFURFIO A GWEITHREDU

CATEGORI: POLISI

Teitl: Llwybr Gofal Sylfaenol a Chymunedol ar gyfer rheoli cwyr clustiau

Dyddiad Dod i Ben / Adolygu I'w gadarnhau

Gweithredu gan:

- Byrddau Iechyd ac ymddiriedolaethau'r GIG

Gweithredu erbyn:

01 Hydref 2021

Anfonwr:

Llywodraeth Cymru

Cyswllt/Cysylltiadau Grŵp Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol Llywodraeth Cymru:

Sarah O'Sullivan-Adams
Pennaeth Polisi Synhwyrdd
Y Gyfarwyddiaeth Gofal Sylfaenol
Sarah.o'sullivan-adams@llyw.cymru

Dogfen(nau) amgaeedig: Dim

Sefyllfa: Mae cwyr clustiau (cerumen) yn gŵyn iechyd gyffredin a sylweddol. Mae'n arbennig o arwyddocaol i bobl sydd eisoes â nam ar eu clyw gan ei fod yn dwysáu eu hanawsterau cyfathrebu. Mae cwyr clustiau trafferthus yn gyflwr iechyd cymharol hawdd i fynd i'r afael ag ef drwy ei dynnu o'r glust gan weithwyr proffesiynol hyfforddedig. Fodd bynnag, ar hyn o bryd nid oes gan GIG Cymru lwybr cenedlaethol cyson ar gyfer rheoli cwyr clustiau yn unol â chanllawiau NICE ([NICE 2016](#)).

Sefydlwyd Grŵp Gorchwyl a Gorffen i sicrhau y gall pob dinesydd ledled Cymru gael y driniaeth a'r gefnogaeth fwyaf priodol ar gyfer problemau cwyr clustiau, yn unol â chynllun '*Cymru Iachach*' Llywodraeth Cymru, y '*Fframwaith Gweithredu ar gyfer Clyw*' a'r *Model Gofal Sylfaenol* newydd, wedi'i ategu gan egwyddorion gofal iechyd darbodus. Mae'r grŵp wedi cwblhau ei gylch gwaith ac mae'r amcanion canlynol wedi'u cyflawni:

1. Pennu ac adrodd ar y gwasanaethau a ddarperir ar hyn o bryd ledled Cymru.
2. Datblygu llwybr integredig cenedlaethol ar gyfer rheoli cwyr clustiau yn ddiogel ac yn effeithiol er mwyn sicrhau canlyniadau cyson i gleifion ledled Cymru a sicrhau:
 - Mynediad teg;
 - Defnydd effeithlon ac effeithiol o adnoddau'r GIG; a hynny yn gost-effeithiol a darbodus;
 - Rheolaeth ddi-dor gyson ar draws lleoliadau gofal sylfaenol, cymunedol ac eilaidd;
 - Hunanreoli lle bo hynny'n briodol yn glinigol, gan rymuso pobl i reoli eu gofal eu hunain yn well;
 - Cydymffurfio â chanllawiau NICE a Safonau Ansawdd Awdioleg.
<https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-10/safonau-ansawdd-ar-gyfer-gwasanaethau-adsefydlu-i-oedolion-o-ran-y-clyw.pdf>

Cefndir: Lansiodd Llywodraeth Cymru y Fframwaith Gweithredu ar gyfer Pobl sy'n F/fyddar neu sy'n byw â Cholled Clyw ym mis Mai 2017. Mae'r Fframwaith yn ymrwymo pob rhanddeiliad i gydweithio i wella gwasanaethau a darparu gofal a chymorth o ansawdd uchel i ddinasyddion ledled Cymru. Sefydlwyd y Bwrdd Prosiect Clyw i oruchwylio'r gwaith o weithredu'r argymhellion, gan gynnwys datblygu llwybr cenedlaethol ar gyfer rheoli cwyr clustiau.

Triniaeth hanesyddol: Byrddau iechyd sydd yn gyfrifol am ddarparu gwasanaethau rheoli cwyr clustiau. Nid yw rheoli cwyr yn rhan benodol o'r contract meddygon teulu - yn draddodiadol mae rhai practisau meddygon teulu wedi darparu gwasanaethau tra bod eraill wedi cyfeirio pob claf â symptomau cwyr clustiau at adrannau ENT ysbytai.

Yn ystod y blynyddoedd diwethaf, mynegwyd pryder am y weithdrefn a ddefnyddir i drin problemau cwyr clustiau a diogelwch cleifion. Hefyd, mae nifer yr atgyfeiriadau i adrannau ENT ysbytai a/neu adrannau gofal eilaidd awdioleg wedi cynyddu'n sylweddol ac nid yw'n cyd-fynd â'r egwyddorion gofal iechyd darbodus sy'n sail i'n cynlluniau cenedlaethol (*'Cymru Iachach'*, '*Fframwaith Gweithredu*' a'r *Model Gofal Sylfaenol* newydd).

Mae nifer yr atgyfeiriadau wedi bod yn cynyddu o flwyddyn i flwyddyn, gan arwain at amseroedd aros estynedig, sydd wedi golygu nad yw cleifion â'r angen mwyaf yn cael eu gweld yn y lle cywir, ar yr adeg gywir gan y gweithiwr iechyd proffesiynol cywir. Yn ogystal, mae meddygon teulu wedi dweud wrth rai cleifion nad oes gwasanaeth rheoli cwyr clustiau GIG Cymru ar gael ac y dylent chwilio am driniaeth breifat.

Aseiad: Cynhyrchir cwyr clustiau gan y glust fel rhan o'i broses naturiol o lanhau ac amddiffyn ac yn y rhan fwyaf o achosion nid oes angen ei dynnu o'r glust. Weithiau gall cwyr gronni yn nhiwb y glust a gellir defnyddio cyfryngau meddal fel rhan o hunanreoli ac yna fel rhan o broses cynnal a chadw reolaidd i helpu i atal cwyr pellach. Mae arbenigwyr yn awgrymu defnyddio dau ddiferion o olew olewydd ffres ar dymheredd ystafell, sodiwm clorid (dŵr halen) neu ddiferion sodiwm

deucarbonad bob wythnos ^[1](NICE 2016). Weithiau gall cwyr gael ei gywasgu ac achosi anawsterau. Mae nifer yr achosion o gwyr cywasgedig yn cynyddu gydag oedran gyda rhai astudiaethau'n adrodd ei fod yn effeithio ar gymaint â 34% o bobl dros 65 oed. Gall cwyr cywasgedig a/neu gŵyr sy'n achosi rhwystr yn y glust achosi symptomau megis:

- Colli clyw – gostyngiad mewn sensitifrwydd clyw o 20-30dBHL fel arfer (lefel ysgafn o golli clyw) os yw cwyr yn achosi rhwystr yn nhib y glust
- Anghysur
- Pigyn clust
- Teimlad bod y glust yn llawn
- Tinitws

Yn aml gall y symptomau hyn a'u heffaith fod yn sylweddol, yn enwedig i'r rhai sydd eisoes â nam heb ei reoli ar eu clyw, lle gall ddwysáu anawsterau clyw. I'r rhai sy'n defnyddio teclynnau clywed, bydd cwyr clustiau yn rhwystro taith sain wedi'i mwyhau drwy diwb y glust; a hynny'n aml yn atal unrhyw fudd a geir gan y ddyfais. Hefyd, gall cwyr clustiau rwystro mowld clust neu diwb teclyn clywed, gall achosi adborth acwstig (sŵn chwibanu) ac atal argraffiadau rhag cael eu gwneud pan fydd angen mowldiau clust newydd.

Gan fod tiwbiau clust plant yn llawer llai, mae cwyr sy'n cronni'n dod yn broblem ynghynt ac mae angen mowldiau clust newydd arnynt sawl gwaith y flwyddyn wrth iddynt dyfu. Hefyd, mae cwyr sy'n achosi rhwystr yn y glust yn gallu atal archwiliad o gamlas y glust a gall rwystro cynnal rhai profion diagnostig yn gywir.

Mewn rhai achosion, efallai y bydd rheoli cwyr clustiau yn fwy cymhleth (e.e. y rhai â cheudodau mastoid) ac efallai y bydd angen atgyfeirio at wasanaethau gofal eilaidd. Fodd bynnag, dylai hyn fod yn nifer fach o bobl, gyda'r mwyafrif yn gallu hunanreoli neu gael eu cwyr clustiau wedi ei reoli mewn lleoliadau gofal sylfaenol a chymunedol.

Mae consensws na ddylid defnyddio rhai dulliau tynnu/cynnal a chadw (ni ddylid defnyddio ffyn gwlân cotwm, matsis ac ati i geisio clirio cwyr o diwb y glust). Fel arfer, dim ond yn nhraean allanol tiwb y glust y cynhyrchir cwyr, felly mae defnyddio'r pethau hyn yn gwthio'r cwyr ymhellach i lawr y glust ac yn ffurfio plwg caled yn erbyn tympan y glust. Gallant achosi trawma i diwb y glust a rhwygo tympan y glust hyd yn oed, gan gynyddu'r risg o haint hefyd. Ni ddylid defnyddio unrhyw ganhwyllau clust.

Mae canfyddiadau'r Grŵp Gorchwyl a Gorffen yn dangos bod cleifion angen ac yn gwerthfawrogi iaith uniongyrchol a chlir yn y cyngor a gânt ar reoli cyflyrau meddygol (gan gynnwys hunanreoli). Mae taflenni gwybodaeth a deunydd hyrwyddo i gynorthwyo pobl i wneud y dewisiadau cywir mewn perthynas â hunanreoli cwyr clustiau a'u cyfarwyddo i gael gafael ar y gwasanaethau cywir yn bwysig.

Mae darpariaeth y gwasanaethau rheoli cwyr clustiau ledled Cymru yn anghyson ac nid oes llwybr clir, gofynion hyfforddi na manyleb gwasanaeth. Mae enghreifftiau o arfer da o ran rheoli cwyr clustiau eisoes mewn rhai ardaloedd clwstwr byrddau iechyd, yn unol ag egwyddorion gofal iechyd darbodus, y gellid eu cyflwyno ledled Cymru yn unol â'n cynlluniau cenedlaethol.

Achosion o Gŵyr Clustiau ym Mhoblogaeth Cymru: Canfu astudiaethau cwmpasu fel rhan o'r gwaith o ddatblygu Ymarfer Awdioleg Uwch mewn gofal sylfaenol fod 3% o'r boblogaeth yn gofyn am gymorth gyda chwyr clustiau bob blwyddyn. Mae hyn yn cyfateb i tua 96,000 o apwyntiadau cleifion mewn gofal sylfaenol ledled Cymru bob blwyddyn.

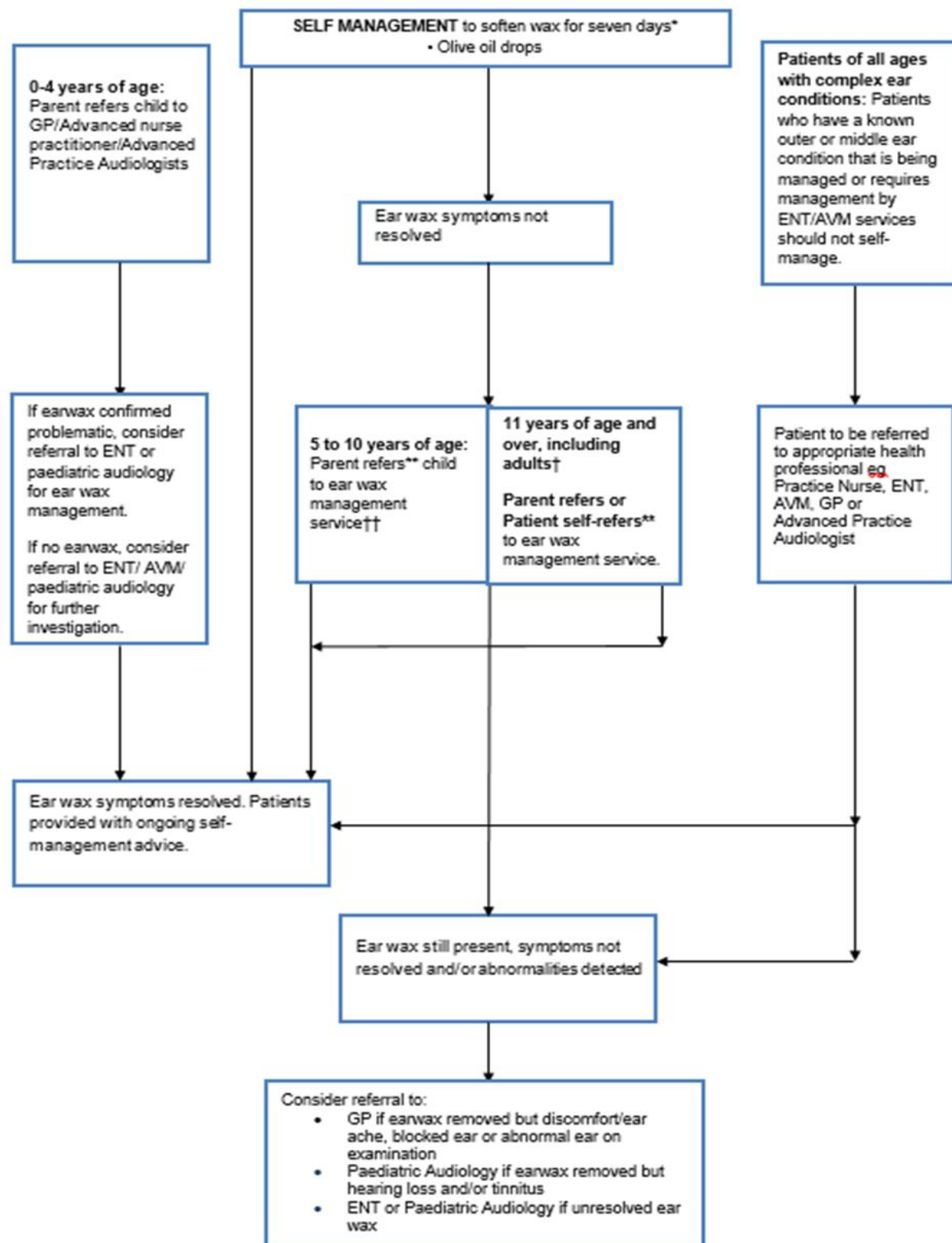
Argymhellion: Cytunodd y Grŵp Gorchwyl a Gorffen Rheoli Cwyr ar y canlynol:

^[1] Y cyngor gan Andrew Evans, Prif Swyddog Fferyllol, yw nad oes llawer o dystiolaeth i awgrymu pa fath o olew sy'n fwy effeithiol, neu a yw dŵr halen yn well na thoddiant o deucarbonad soda. Ei sylwadau ar hunanreoli: "Rydym wedi canfod y gallai defnyddio diferion clust helpu i gael gwared ar y cwyr clustiau. Nid yw'n glir a yw un math o ddiferion yn well nag un arall, neu a yw diferion sy'n cynnwys cynhwysion gweithredol yn well na dŵr plaen neu hallt." Ei sylwadau ar ddiferion clust y gellir eu cael ar bresgripsiwn, pe bai rheoli cwyr clustiau yn cael i ychwanegu at y Cynllun Anhwylderau Cyffredin: "Wrth benderfynu ar y dewis o ddiferion clust i'w rhoi ar bresgripsiwn, dylai'r sawl sy'n rhoi presgripsiwn ddewis y cynnyrch sydd â'r gost gaffael isaf gan y GIG oni bai bod rhesymau cryf er budd y claf".

1. Bydd gwasanaethau rheoli cwyr clustiau yn cael eu darparu mewn lleoliadau gofal sylfaenol a chymunedol, yn unol â'r fanyleb gwasanaeth y cytunwyd arni'n genedlaethol, gweithdrefnau gweithredu safonol a safonau hyfforddi, dan arweiniad Ymarferwyr Awdioleg Uwch a byddant yn cael eu darparu gan weithwyr gofal iechyd proffesiynol hyfforddedig.
2. Bydd y Grŵp Penaethiaid Gwasanaethau Awdioleg yn cytuno ac arwain ar drafod a gweithredu pwyntiau 3-9 isod.
3. Cyflwynir llwybr rheoli cwyr cenedlaethol ar gyfer cleifion.
4. Comisiynir rhaglen hyfforddi rheoli cwyr genedlaethol; i gynnwys darpariaeth microsugno a/neu dynnu â llaw gan ddefnyddio chwiliedydd.
5. Bydd y llwybr rheoli cwyr newydd yn ategu'r broses o gyflwyno mynediad 'pwynt cyswllt cyntaf' i wasanaethau awdioleg mewn gofal sylfaenol, i gleifion sy'n ceisio cymorth gyda phroblemau clyw, tinitws, a phroblemau cydbwysedd penodol.
6. Datblygir cyngor cenedlaethol ar gyfer hunanreoli cwyr clustiau.
7. Bydd byrddau iechyd yn gweithredu, monitro ac adolygu'r llwybr a'r modelau gwasanaeth newydd yn eu hardaloedd clwstwr yn awr.
8. Parheir i drafod gyda gweithwyr iechyd proffesiynol i godi ymwybyddiaeth e.e. rhoi mynediad at hyfforddiant i fferyllwyr a hyrwyddo hunanreoli cwyr.
9. Eir ati i gaffael cyfarpar yn ganolog ar gyfer Cymru gyfan mewn un bwrdd iechyd.

Mae'r argymhellion yn seiliedig ar adolygiadau systematig o'r dystiolaeth orau sydd ar gael ac ystyriaeth benodol o gost-effeithiolrwydd. Pan fydd y dystiolaeth sydd ar gael yn brin, mae'r argymhellion yn seiliedig ar brofiad a barn y Pwyllgor Canllawiau am yr hyn sy'n arferion da. Mae llwybr NICE ar gyfer colli clyw mewn oedolion yn argymhell y dylai gwasanaethau gofal sylfaenol neu gymunedol gynnig tynnu cwyr clustiau os yw'r cwyr yn cyfrannu at golli clyw neu symptomau eraill, neu os oes angen ei dynnu er mwyn archwilio'r glust i gymryd argraff o diwb y glust.

Dangosir y llwybr terfynol isod:



Gall cleifion sy'n ceisio cymorth **gyda** symptomau cwyr clust brofi:

- Anghysur / pigyn clust
- Clust wedi'i blocio (wedi'i hunangofnodi neu wedi'i weld gan glinigydd)
- Colli clyw
- Tinitws

Bydd cleifion **heb** y symptomau clust uchod ond sy'n dweud bod ganddynt gwyr clustiau sy'n peri trafferth yn cael gwybodaeth am hunanreoli, gan gynnwys hunanreoli parhaus. Daw'r cyngor o:

- Daflenni/ gwefan
- Cyngor Dewis Doeth mewn fferyllfeydd
- Galw Iechyd Cymru 0845 4647
- Gwybodaeth iechyd y cyhoedd i gynnwys cyngor i BEIDIO â defnyddio ffyn gwlân cotwm neu debyg y tu mewn i'r glust

Yr eithriadau ar gyfer hunanreoli yw:

- Colli clyw'n sydyn neu glyw'n gwaethygu'n gyflym (Canllawiau NICE NG98)
- Cleifion â phoen sylweddol a/neu redlif o'r glust
- Cleifion â rhwyg y gwyddir amdano yn nhympan y glust a/neu redlif o'r glust.

➤ Dylai'r grwpiau hyn o gleifion gysylltu â'u practis cyffredinol.

*Gall staff practis meddygon teulu neu feddyg teulu hefyd atgyfeirio (brysbennu) os gwelir hyn yn ystod apwyntiad ar gyfer cyflwr arall

** Efallai y bydd angen atgyfeirio cleifion ag anghenion cymhleth (e.e. anabledd dysgu, dementia, pryder) ymlaen i wasanaeth rheoli cwyr clustiau sydd â sgiliau arbenigol/uwch ac sy'n briodol ar gyfer rheoli pobl ag anghenion cymhleth

† â sgiliau arbenigol sy'n briodol ar gyfer rheoli plant.