

Strôc yn ystod plentynodod



Canllawirieni, gofalwyratheuluoeddplantaphoblifanc sy'n cael eu heffeithio gan strôc

Yn seiliedig ar 'Stroke in Childhood: clinical guidelines for diagnosis, management, and rehabilitation', a gyhoeddwyd yn 2017

Mai 2017

Stroke
Association

RCPCH
Coleg Brenhinol
Pediatrieg a Iechyd Plant
Cymru
Yn arwain y ffordd ar Iechyd Plant

Cydnabyddiaethau	2
Ar gyfer pwy mae'r canllaw hwn a beth mae'n ei drafod?	3
Llwybr gofal ar gyfer strôc yn ystod plentyndod	4
Beth yw strôc?	5
Beth yw'r arwyddion bod plentyn wedi cael strôc?	6
Beth sy'n achosi strôc mewn plant, pwy sy'n wynebu risg, ac a fydd yn digwydd eto?	7
Yr hyn sy'n achosi strôc a phwy sy'n wynebu risg	
A fydd strôc yn digwydd eto?	
Sut y caiff gofal iechyd ei drefnu ar gyfer plant sy'n cael eu heffeithio gan strôc?	8
Pa driniaeth y gallai fy mhlentyn ei chael?	9
Ymchwiliadau/profion	
Triniaeth feddygol (triniaeth gynnar)	
Triniaeth lawfeddygol	
Beth fydd yn digwydd pan fydd fy mhlentyn yn gadael yr ysbyty?	11
Pa fath o driniaeth adsefydlu a chymorth y dylai fy mhlentyn ei gael?	12
Sut y caiff anghenion adsefydlu fy mhlentyn eu mesur?	
Pryd y bydd triniaeth adsefydlu fy mhlentyn yn dechrau?	
Ble bydd y driniaeth adsefydlu yn cael ei rhoi a beth fydd yn ei olygu?	
Pryd y bydd triniaeth adsefydlu fy mhlentyn yn gorffen?	
Pa fath o ofal hirdymor y bydd fy mhlentyn yn ei gael a sut y caiff ei gefnogi?	16
Ysgol	
Symud o ofal iechyd i bobl ifanc i ofal iechyd i oedolion	
Llwybr strôc yn ystod plentyndod	18
Ble y gallaf gael rhagor o help a gwybodaeth?	22
Rhestr termau	24
Cysylltiadau allweddol a nodiadau	29

Cydnabyddiaethau

Mae'r canllaw hwn yn seiliedig ar ganllaw Coleg Brenhinol Pediatreg a Iechyd Plant (RCPCH), *Stroke in Childhood: clinical guidelines for diagnosis, management, and rehabilitation*, a gyhoeddwyd yn 2017.

Ariannu

Diolch yn fawr iawn i gefnogwyr y Gymdeithas Strôc, yn enwedig Ymddiriedolaeth Elusenol Teulu Thompson, am eu rhoddion hael sydd wedi galluogi'r Gymdeithas Strôc i ariannu'r canllaw hwn.

Mae'r Gymdeithas Strôc yn elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (211015) ac yn yr Alban (SC037789); mae hefyd yn elusen gofrestredig yng Ngogledd Iwerddon (XT33805), Ynys Manaw (945) a Jersey (NPO 369). Mae'r Gymdeithas Strôc yn un o 'gronfeydd cyfyngedig' Coleg Brenhinol Pediatreg a Iechyd Plant (RCPCH), sy'n elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (1057744) ac yn yr Alban (SCO38299).

Paratoi'r canllaw

Cafodd cynnwys y canllaw hwn ei ddatblygu a'i adolygu gan Dîm Safonau Clinigol Coleg Brenhinol Pediatreg a Iechyd Plant (RCPCH) o dan arweiniad Dr Anne Gordon:

- Dr Anne Gordon - Therapydd Galwedigaethol Ymgynghorol, Ymddiriedolaeth Sefydledig y GIG Ysbyty Guys a St Thomas (Llundain)/arweinydd clinigol y grŵp datblygu canllawiau ar gyfer adsefydlu
- Dr Claire Friedemann Smith - Adolygwr Systematig
- Sara Haveron - Cydgysylltydd y Prosiect

Adolygu'r canllaw

Cafodd y canllaw ei adolygu gan y Gymdeithas Strôc, y rhieni a'r gofalwyr a gymerodd rhan mewn gweithdai ymgysylltu â rhieni/gofalwyr a phobl ifanc (drwy gyfrwng gweithdai a thrafodaethau), a rhieni o grŵp datblygu canllaw Strôc yn ystod Plentynod RCPCH.

Ar gyfer pwy mae'r canllaw hwn a beth mae'n ei drafod?

Mae'r canllaw hwn ar gyfer rhieni, gofawyr a theuluoedd plant a phobl ifanc sydd wedi cael strôc. Mae'n berthnasol i blant rhwng 29 diwrnod oed a 18 oed, ac nid yw'n berthnasol i fabanod sy'n cael strôc yn y groth, na babanod newydd-anedig hyd at 28 diwrnod oed.

Mae'r wybodaeth yn seiliedig ar ganllawiau clinigol manwl a luniwyd ar gyfer gweithwyr gofal iechyd proffesiynol sy'n gofalu am blant a phobl ifanc sydd wedi cael strôc. Mae'r canllawiau hyn ar gael gan Goleg Brenhinol y Peditryddion ac Iechyd Plant (RCPCH) yn www.rcpch.ac.uk/stroke-guideline.

Nod y wybodaeth hon yw eich helpu i ddeall beth yw strôc, pam ei bod yn digwydd, a sut y dylid trin a gofalu am blant a phobl ifanc sy'n cael eu heffeithio gan strôc. Mae'n disgrifio'r daith arferol o gael diagnosis i'r cam adsefydlu i blentyn neu berson ifanc sydd wedi cael strôc ac yn amlinellu'r hyn y dylid ei ddisgwyl ar bob cam o'r driniaeth a'r cyfnod adsefydlu.

Efallai na fydd y wybodaeth a roddir yma yn ateb pob un o'ch cwestiynau, ond mae'n fan cychwyn ar gyfer dod o hyd i ragor o wybodaeth a chynghor. Ceir rhestr o'r termau y gallai eich meddyg eu defnyddio, ynghyd â diffiniadau ohonynt, ar dudalennau 24 i 27 (drwy gydol y ddogfen hon, nodir y termau sydd wedi'u cynnwys yn y *Rhestr termau* mewn **print bras**).

Gallwch hefyd ddefnyddio'r canllaw hwn er mwyn helpu i godi ymwybyddiaeth ac fel ffynhonnell wybodaeth ar gyfer y bobl a fydd yn dod i gysylltiad â'ch plentyn. Lluniwyd y canllaw hwn gyda mewnbyn rhieni plant a phobl ifanc sydd wedi cael strôc ac mae hefyd yn cynnwys cyngor ganddynt sydd i'w weld yn y blychau *Cyngor i Rieni*.



Edrychwch am y symbol hwn drwy gydol y canllaw hwn er mwyn dod o hyd i gyngor yn arbennig i chi.

Gobeithio y bydd y canllaw hwn yn eich helpu i wneud mwy o synnwyr o strôc yn ystod plentynod a'r daith rydych chi a'ch teulu ar fin cychwyn arni.

Fel y dywedodd y rhieni yn y gweithdy:



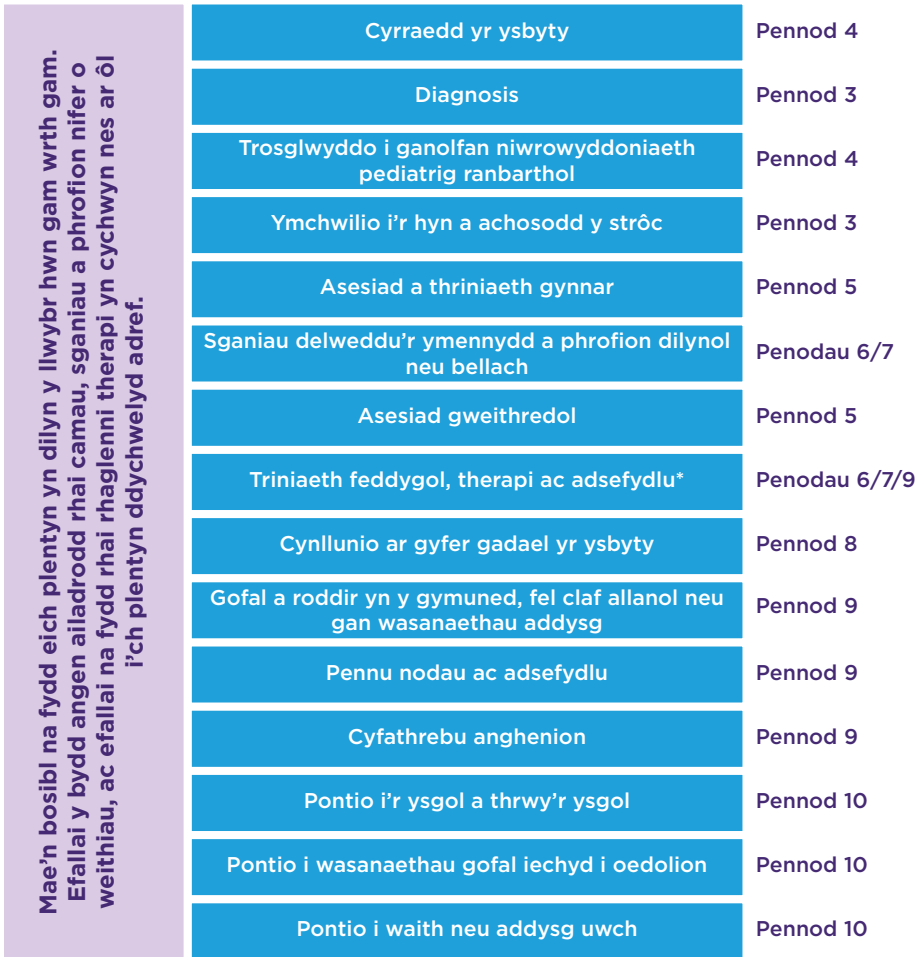
Mae'n amser anodd ac yn sioc fawr. Bydd angen amser arnoch i ddod i delerau â'r sefyllfa.

Byddem wedi hoffi pe baem wedi gallu cael gafael ar fwy o wybodaeth am strôc.

Llwybr gofal ar gyfer strôc yn ystod

Mae llun 1 yn dangos llwybr gofal y mae plant a phobl ifanc sydd wedi cael strôc yn ei ddilyn fel arfer. Canllaw yn unig yw'r llwybr gofal hwn a cheir fersiwn manylach tuag at ddiwedd y canllaw hwn.

Mae pob strôc a phob plentyn yn wahanol, ac felly efallai na fydd eich plentyn yn dilyn pob un o'r camau yn y llwybr yn eu trefn a gall fod angen iddo ailadrodd neu hepgor rhai camau. Mae'r llwybr gofal canlynol yn cyfeirio at y Penodau perthnasol yn y canllaw llawn hefyd, sy'n cynnig rhagor o wybodaeth am bob un o'r camau. Ceir fersiwn manylach o'r llun hwn, ynghyd â disgrifiadau o'r hyn y gellir ei ddisgwyl ar bob cam, ar dudalennau 18 i 21 hefyd.



* efallai y bydd anghenion adsefydlu a mynediad at wasanaethau yn dechrau yn yr ysbyty ond dylent gael eu hadolygu bob hyn a hyn yn y misoedd a'r blynyddoedd ar ôl y diagnosis.

Llun 1. Diagram o lwybr triniaeth plant/pobl ifanc ar ôl cael strôc

Beth yw strôc?

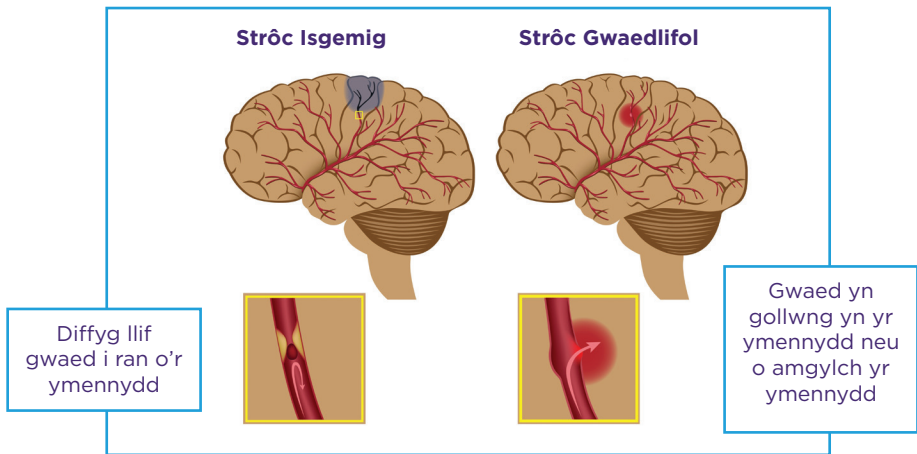
Mae strôc yn digwydd pan fod rhan o'r ymennydd yn cael ei hanafu oherwydd bod y cyflenwad gwaed iddi'n cael ei atal neu ei leihau. Mae strôc yn effeithio ar rai cannoedd o blant yn y DU bob blwyddyn. Dros y 15 mlynedd diwethaf, gwelwyd gwelliannau mewn diagnosis a'r driniaeth a roddir i blant a phobl ifanc sy'n cael strôc, ond nid yw'r cyflwr yn cael ei adnabod cystal â strociau ymhlith oedolion o hyd.

Mae strôc yn effeithio ar swyddogaethau niwrolegol, hynny yw, y swyddogaethau a reolir gan yr ymennydd. Er enghraifft, gall strôc effeithio ar y cof, symudiadau a lleferydd.

Gan fod ymennydd plentyn yn dal i ddatblygu, mae'n bosibl mai dim ond wrth i'r plentyn dyfu y gwelir effaith lawn y strôc.

Fel y dangosir yn Llund 2, mae dau brif fath o strôc:

- **Isgemig:** caiff y math hwn o strôc ei achosi pan gaiff y cyflenwad gwaed i ran o'r ymennydd ei rwystro
- **Gwaedlifol:** caiff y math hwn o strôc ei achosi gan waedu yn yr ymennydd neu o amgylch yr ymennydd.



Llund 2. Golwg ochrol o'r ymennydd yn dangos y pibellau gwaed ar gyfer strôc isgemig a strôc gwaedlifol.

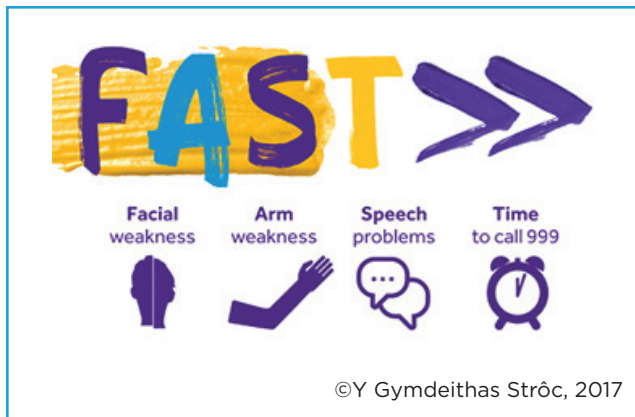
Mae'r ddau fath o strôc yn achosi niwed i gelloedd yr ymennydd ac felly bydd yr anawsterau dilynol a brofir gan eich plentyn yn dibynnu'n rhannol ar ba ran o'r ymennydd yr effeithiwyd arni.

Pan fydd strôc yn digwydd, bydd rhai celloedd yr ymennydd yn marw. Ni all celloedd yr ymennydd sydd wedi marw ddechrau gweithio eto; fodd bynnag, efallai y bydd y celloedd hynny o amgylch yr ardal lle mae'r celloedd wedi marw yn gwella wrth i'r chwyddo a achoswyd gan y strôc leihau. Gall gwelliant gael ei weld hefyd wrth i rannau eraill o'r ymennydd gymryd drosodd oddi wrth y rhannau sydd wedi marw. Gall strôc effeithio ar blant mewn gwahanol ffyrdd a gall rhai o'r effeithiau bara'n hirach nag eraill. Gall y newidiadau hyn amrywio wrth i'ch plentyn dyfu a datblygu.

Beth yw'r arwyddion bod plentyn wedi cael strôc?

Yn debyg i oedolion, yr arwydd mwyaf cyffredin bod plentyn yn cael neu wedi cael strôc yw gwendid ar un ochr y corff (**hemiplegia**). Gall wyneb plentyn gwmpo ar un ochr a gall y strôc effeithio ar ei leferydd. Mae'n bosibl defnyddio meini prawf **FAST** (Wyneb, Breichiau, Lleferydd, Amser), fel y dangosir yn Llun 3, i nodi achosion o strôc mewn oedolion. Mae'n bwysig cofio y gall y symptomau hyn fynd a dod, ac efallai y bydd yn ymddangos bod plentyn neu berson ifanc wedi gwella o'r symptom. Os byddwch yn gweld unrhyw beth sy'n eich poeni neu sy'n anarferol o ran ymddygiad eich plentyn, dylech siarad â'ch meddyg ar frys.

Gallwch ddod o hyd i ragor o wybodaeth am feini prawf **FAST** yn www.stroke.org.uk/FAST.



Llun 3. Meini prawf FAST.

Gall plant a phobl ifanc ddangos yr arwyddion canlynol hefyd:

- Efallai y bydd rhai plant a phobl ifanc yn sôn bod ganddynt ben tost ac efallai y bydd rhai eraill yn cael trawiadau (ffitiau) pan fyddant yn cael y strôc. Weithiau, gall achos newydd a sydyn o bendro, penysgafnder, poen yn y gwddf neu wddf anystwyth fod yn arwydd hefyd fod plentyn neu berson ifanc yn cael/wedi cael strôc.
- Gall deimlo'n sâl/chwydu, twymyn neu golli ymwybyddiaeth fod yn arwyddion bod plentyn wedi cael strôc hefyd, felly ni ddylid eu hanwybyddu.

Beth sy'n achosi strôc mewn plant, pwy sy'n wynebu risg, ac a fydd yn digwydd eto?

Yr hyn sy'n achosi strôc a phwy sy'n wynebu risg

Mae'r hyn sy'n achosi strôc mewn plant a phobl ifanc yn aml yn wahanol i'r hyn sy'n ei achosi mewn oedolion. Gall smygu, pwysedd gwaed uchel neu rydweliâu sydd wedi culhau achosi strôc mewn oedolion. Mae llawer o bethau a all achosi strôc mewn plant a phobl ifanc, ac mae'r rhain hefyd yn amrywio yn dibynnu ar y math o strôc mae'r unigolyn wedi'i gael a'i oedran.

Gall rhai amodau ei gwneud hi'n fwy tebygol y bydd plentyn neu berson ifanc yn cael strôc **isgemig** neu **waedlifol**. Ymhlith yr amodau a all gynyddu'r risg y bydd plentyn yn cael strôc mae'r canlynol:

- Clefydau'r pibellau gwaed (er enghraifft, **arteriopathi serebral ffocal mewn plant a phobl ifanc, moyamoya, dyraniad rhydweliol** (rhydweli sydd wedi rhwygo), **fasgwilitis y system nerfol ganolog, camffurfiadau rhydweli-wythiennol a chamffurfiadau ceudodol, ymlediadau**.
- Clefyd y galon a llawdriniaeth
- **Clefyd y crymangelloedd (SCD)** ac anhwylderau eraill sy'n achosi clotiau gwaed
- Heintiau (er enghraifft, feirws Varicella zoster (feirws Brech yr Ieir), heintiau sy'n effeithio ar ran uchaf y bibell anadlol)
- Defnyddio cyffuriau anghyfreithlon

Nid yw'r rhestr hon yn un gynhwysfawr a gellir dod o hyd i ragor o wybodaeth ym Mhenodau 6 a 7 o'r canllaw llawn.

Mae'n bwysig nodi na fydd plentyn sydd â'r cyflyrau hyn o reidrwydd yn cael strôc, ond os bydd eich plentyn yn cael strôc, efallai mai un o'r cyflyrau hyn fydd wedi ei achosi.

Ni chanfyddir beth sydd wedi achosi'r strôc mewn tua 10% o blant. Mae rhai rhieni yn gofyn a oes cysylltiad rhwng y strôc y mae eu plentyn wedi'i chael a'r ffaith y gall aelod hŷn o'r teulu fod wedi cael strôc, ond nid yw hynny'n berthnasol fel arfer.

A fydd strôc yn digwydd eto?

Bydd hyn yn dibynnu i raddau helaeth ar yr hyn a achosodd y strôc gyntaf. Mae gwaith ymchwil wedi dangos bod rhai cyflyrau neu ffactorau risg a all gynyddu'r risg y bydd plentyn neu berson ifanc yn cael strôc arall. Os oes gan eich plentyn un o'r cyflyrau hyn, bydd ei feddygon yn ceisio lleihau'r risg y bydd yn cael strôc arall. Bydd eich meddyg yn gallu rhoi help a chynghor penodol i chi am eich plentyn.

Gellir dod o hyd i ragor o wybodaeth ym Mhenodau 6 a 7 o'r canllaw clinigol llawn sydd ar gael yn **www.rcpch.ac.uk/stroke-guideline**.

Sut y caiff gofal iechyd ei drefnu ar gyfer plant sy'n cael eu heffeithio gan strôc?

Bydd y rhan fwyaf o blant sy'n cael eu heffeithio gan strôc yn cael eu derbyn i'w hysbyty lleol i gael gofal ac asesiadau cychwynnol. Efallai y caiff nifer o brofion eu cynnal er mwyn canfod beth yn union sydd wedi achosi'r strôc, gan y bydd hyn yn helpu i gynllunio'r driniaeth feddygol a roddir i'ch plentyn. Gall y profion hyn gynnwys sganiau o'r ymennydd, fel **tomograffeg gyfrifiadurol (CT)**, **sganiau delweddu atseinol magnetig (MRI)** neu **angiograffeg atseinol magnetig (MRA)**, **angiogramau cathetr (CA)** a phrofion gwaed. Bydd asesiadau meddygol, nyrsio a therapi yn helpu i gynllunio'r gofal a roddir i'ch plentyn hefyd.

Unwaith y canfyddir bod eich plentyn wedi cael strôc, efallai y caiff ei symud i uned niwrowyddoniaeth ranbarthol i gael triniaeth neu, yn achos plant a phobl ifanc ag SCD, uned haematolegol. Dylai eich plentyn gael ei drin gan dîm o weithwyr gofal iechyd proffesiynol sy'n arbenigo mewn meysydd gwahanol. Mae'r llwybrau ar ddiwedd y canllaw hwn yn nodi'r bobl a all fod yn gofalu am eich plentyn ar bob cam o'i ofal. Efallai y caiff eich plentyn ei gadw ar ward neu mewn uned gofal dwys yn dibynnu ar ei anghenion.

Yn y tymor hwy, dylai gwasanaethau iechyd plant cymunedol (ynghyd â'ch meddyg teulu) gydgyssylltu gwasanaethau yn unol ag anghenion eich plentyn. Dylai eich plentyn ddechrau cael triniaeth adsefydlu tra ei fod yn yr ysbyty ac, ar ôl iddo gael ei ryddhau, gall hyn y driniaeth hon barhau naill ai mewn cyfleuster i gleifion mewnol neu gyfleuster adsefydlu arbenigol preswyl, neu gyda gweithwyr iechyd plant cymunedol yn y cartref neu yn yr ysgol. Mae'n llawer mwy cyffredin i blant a phobl ifanc gael triniaeth adsefydlu yn y cartref neu yn yr ysgol yn hytrach na mewn cyfleuster arbenigol neu gyfleuster i gleifion mewnol.

Gall triniaeth adsefydlu eich plentyn gael ei rhoi gan wasanaethau iechyd, addysg a gwasanaethau cymdeithasol a ddarperir gan feddygon, nyrsys, therapyddion, athrawon, gweithwyr cymdeithasol a llawer o weithwyr proffesiynol eraill. Gall fod yn ddefnyddiol i chi gael cyswllt allweddol penodol a all eich helpu i ddefnyddio'r systemau iechyd a gofal. Siaradwch â'r gweithwyr iechyd proffesiynol sy'n ymwneud ag iechyd eich plentyn.

Mae cyfathrebu da rhwng tîm meddygol, tîm adsefydlu, athrawon a theulu'r plentyn yn allweddol a dylech chi a'ch plentyn gael eich cynnwys ym mhob penderfyniad a wneir ynghylch ei ofal.



Pan fyddwch yn yr ysbyty, gofynnwch a oes unrhyw un sy'n gallu eich helpu i gydgyssylltu gwybodaeth a chynllunio anghenion gofal/therapi eich plentyn, a sut y gallwch gysylltu â nhw pan fyddwch yn mynd adref.

Gall y rhan fwyaf o ysbytai roi pasbort ysbyty i chi ei gwblhau nawr er mwyn i chi roi gwybod i'r holl weithwyr iechyd proffesiynol sy'n gofalu am y plentyn neu'r person ifanc am unrhyw anghenion penodol sydd ganddo.

Gofynnwch i'r meddygon egluro'r termau meddygol a ddefnyddir ganddynt, yn enwedig pan fyddant yn eu hysgrifennu mewn adroddiad y gall fod angen i chi ei rannu ag eraill.

Pa driniaeth y gallai fy mhlentyn ei chael?

Bydd y profion a roddir i'ch plentyn yn dibynnu ar y math o strôc y maent wedi'i gael, yr hyn sydd wedi achosi'r strôc ac anghenion eich plentyn. Rhestrir rhai o'r profion a'r triniaethau y gall eich plentyn eu cael. Gall gael y profion a'r triniaethau hyn unrhyw bryd yn ystod ei ofal, os bydd angen.



Bydd sganiau ac asesiadau meddygol yn rhoi llawer o wybodaeth ddefnyddiol, ond ni allant ragfynegi'n gywir i ba raddau y bydd eich plentyn yn gwella.

Ymchwiliadau/ profion

Sganiau o'r ymennydd:

- Efallai y caiff sganiau **MRI** neu **CT** eu cymryd er mwyn nodi'r rhan o'r ymennydd yr effeithiwyd arni ac archwilio'r pibellau gwaed yn yr ymennydd. Yn dibynnu ar eu hoedran neu ba mor sâl ydynt, efallai y bydd angen i rai plant gael eu llonyddu neu efallai y bydd angen rhoi anesthetig cyffredinol iddynt cyn cymryd y sgan.
- Os oes gan eich plentyn **SCD**, dylai hefyd gael **wltrasonograffeg Doppler drawsgreuanol**.



Profion gwaed:

- Efallai y caiff profion gwaed eu cymryd i weld a oes haint neu broblemau sy'n achosi clotiau gwaed.

Ecocardiogram (ECO):

- **Bydd ECO** yn archwilio strwythur calon eich plentyn. Mae'r prawf hwn yn edrych i weld a allai'r strôc fod wedi cael ei hachosi gan glot yn teithio o'r galon i'r ymennydd. **Mae ECO** yn sgan uwchsaïn di-boen a diogel. Fel arfer, caiff stiliwr (*probe*) bach ei osod ar y croen ar frest eich plentyn.

Triniaeth feddygol (triniaeth gynnar)

Bydd hyn yn dibynnu ar y ffactorau a achosodd y strôc. Gellir ystyried rhoi meddyginiaeth i deneuo'r gwaed, sy'n golygu y bydd yn llai tebygol o ffurfio clot (fel Aspirin, Heparin neu Warfarin) i blant a phobl ifanc sydd wedi cael **strôc isgemig**. Gellir ystyried rhoi meddyginiaethau i chwalu clotiau gwaed os bydd eich plentyn yn bodloni set o feini prawf llym; bydd meddygon eich plentyn yn trafod y driniaeth hon (a elwir yn thrombolysis) gyda chi os yw'n cael ei hystyried.

Os yw eich plentyn wedi cael strôc a achoswyd gan **SCD**, efallai y bydd yn cael trallwysiad gwaed a thriniaeth i drin y crymangelloedd; efallai y bydd trallwysiadau gwaed yn parhau i leihau'r risg y bydd yn cael strociau eraill.

Triniaeth lawfeddygol

Cynigir llawdriniaeth i rai plant a phobl ifanc er mwyn lleihau'r pwysau ar eu hymennydd, adfer llif y gwaed i'r ardal o'r ymennydd yr effeithiwyd arni naill ai drwy dynnu clot neu wella'r pibellau gwaed sy'n cyflenwi gwaed i'r ardal, neu dynnu ardal wan o'r pibellau gwaed neu ei diogelu.

Os yw llawdriniaeth yn cael ei hystyried, bydd meddygon a llawfeddygon eich plentyn yn siarad â chi am y driniaeth arfaethedig a'r risgiau a'r manteision. Mae'r termau a danlinellir yn y *Rhestr termau* ar ddiwedd y canllaw hwn yn cynnwys rhai triniaethau cyffredin a rhoddir esboniad bras o'r ffordd y mae pob triniaeth yn mynd i'r afael â'r hyn sydd wedi achosi'r strôc.



Peidiwch â bod ofn gofyn am y profion sy'n cael eu gwneud, pam eu bod yn cael eu gwneud a'r canlyniadau.

Gallwch ofyn i'r tîm meddygol geisio rhoi cymaint o rybudd â phosibl er mwyn i chi allu cynllunio'r ffordd orau o baratoi eich plant ar gyfer profion a thriniaethau.

Beth fydd yn digwydd pan fydd fy mhlentyn yn gadael yr ysbyty?

Efallai mai dim ond am gyfnod byr y bydd eich plentyn yn yr ysbyty, gan fynd adref pan fo'n ddiogel gwneud hynny. Dylai fod gennych gyswllt allweddol penodol a fydd yn cydgysylltu'r broses o ryddhau eich plentyn o'r ysbyty. Pan gaiff ei ryddhau, dylai fod gan eich plentyn gynllun ar gyfer gofal parhaus yn y gymuned sy'n ystyried ei alluoedd corfforol, ei anghenion adsefydlu a rhestr o'r bobl sydd eu hangen i roi'r therapiau neu'r triniaethau i ddiwallu ei anghenion.

Dylech chi a'ch teulu gymryd rhan mewn cyfarfodydd i gynllunio'r broses o ryddhau eich plentyn, yn yr un modd â gweithwyr meddygol, addysgol a gofal cymdeithasol proffesiynol (pan fo'n briodol). Dylai'r cyfarfodydd hyn naill ai gael eu cynnal cyn neu'n fuan ar ôl i'ch plentyn gael ei ryddhau o'r ysbyty. Yn y cyfarfodydd hyn, dylech drafod anghenion eich plentyn wrth iddo setlo nôl gartref ac yn yr ysgol, yn ogystal ag unrhyw gymorth y gall fod ei angen arno yn y dyfodol.

Efallai y byddai'n ddefnyddiol i chi lunio cynllun gweithredu neu restr wirio er mwyn gallu olrhain cynnydd eich plentyn wrth iddo baratoi i ddychwelyd adref ac yn ystod camau cynnar y broses o setlo nôl gartref ac adsefydlu.

Efallai y bydd adnoddau ariannol y gallwch eu defnyddio os oes gan eich plentyn anabledd neu anghenion cymorth eraill (er enghraifft, Lwfans Gofalwr a'r Taliad Annibyniaeth Personol (PIP) a elwir hefyd yn Lwfans Byw i'r Anabl (DLA)). Efallai y gallwch hefyd ddefnyddio ffynonellau eraill o gyngor a chymorth ymarferol (er enghraifft, gofal seibiant a helpu gyda gweithgareddau bob dydd).

Ceir rhestr o sefydliadau a all eich helpu yn yr adran *Cysylltiadau Defnyddiol* ar ddiwedd y canllaw hwn. Efallai y gallwch gael cyngor gan weithiwr cymdeithasol yn yr ysbyty neu gydgyssylltydd sy'n cynllunio'r broses o ryddhau cleifion cyn i chi fynd adref.



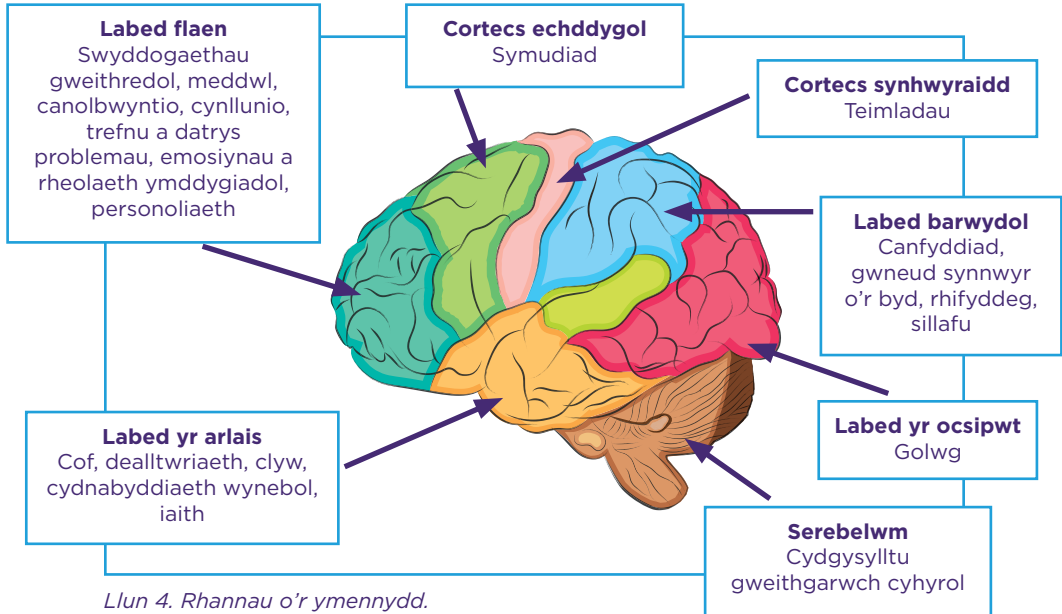
Gall mynd adref o'r ysbyty deimlo fel cam sydyn ac mae llawer o rieni yn teimlo eu bod ar eu pen eu hunain pan fydd eu plentyn yn gadael yr ysbyty. Ceisiwch baratoi drwy gasglu cymaint o wybodaeth â phosibl am yr hyn y bydd angen i chi ei wybod pan fyddwch yn cyrraedd adref.

Gofynnwch am gael siarad â rhieni eraill neu gyfarfod â nhw - bydd gan y rhan fwyaf o ardaloedd awdurdod lleol grŵp Cymorth i Rieni sy'n Ofalwyr lle y gallwch gael help gan rieni eraill.

Gofynnwch pwy y gallwch ddisgwyl ei weld ar gyfer apwyntiadau dilynol, therapi a chymorth, a phwy y gallwch gysylltu â nhw os bydd gennych unrhyw gwestiynau pan fyddwch yn cyrraedd adref.

Pa fath o driniaeth adsefydlu a chymorth y dylai fy mhlentyn ei gael?

Mae effeithiau strôc yn ystod plentynod yn amrywio yn dibynnu ar oedran y plentyn, ei lefel ddatblygiadol, ei alluoedd gwybyddol (er enghraifft, y gallu i ganolbwyntio, datrys problemau a chofio pethau), a'r rhan o'r ymennydd lle y digwyddodd y strôc.



Fel y dangosir yn Llun 4, mae rhannau gwahanol o'r ymennydd yn gyfrifol am wahanol swyddogaethau. Mae ymennydd plant ifanc yn datblygu'n barhaus ac yn newid yn gyflym, ac felly efallai na fydd y swyddogaethau wedi'u cyfyngu i ardaloedd penodol fel y dangosir yn y llun hwn.

Wrth i'r ymennydd a'r corff wella ar ôl cael strôc, mae'n normal i'ch plentyn deimlo'n flinedig. Gall y symptom hwn bara am fisoedd neu flynyddoedd ar ôl y strôc.

Sut y caiff anghenion adsefydlu fy mhlentyn eu mesur?

Dylech chi a'ch plentyn gymryd rhan weithredol mewn penderfyniadau a wneir ynghylch ei driniaeth adsefydlu. Defnyddir eich blaenoriaethau i bennu nodau ar gyfer therapi ac rydych yn debygol o chwarae rhan weithredol yn y rhaglen therapi gyda'ch plentyn. Bydd y math o driniaeth adsefydlu y bydd eich plentyn yn ei chael yn seiliedig ar asesiad o'i anghenion a'i flaenoriaethau unigryw. Caiff triniaethau a therapïau eu teilwra er mwyn helpu eich plentyn i barhau i ddatblygu'r sgiliau sydd eu hangen arno yn ei fywyd bob dydd.

Pryd y bydd triniaeth adsefydlu fy mhlentyn yn dechrau?



Dylai'r driniaeth adsefydlu ddechrau cyn gynted â phosibl ar ôl y strôc. Yn ystod yr ychydig ddiwrnodau cyntaf, caiff symudiadau ac ystum, swyddogaeth llyncu, lleferydd a sgiliau cyfathrebu eich plentyn eu hasesu; dylai cynnydd eich plentyn gael ei fesur yn erbyn y rhain.

Dylai'r asesiadau hyn gynnwys nifer o weithwyr gofal iechyd proffesiynol gwahanol, a bydd y gweithwyr hyn yn hysbysu'r tîm iechyd cymunedol yn eich ardal leol er mwyn sicrhau bod y gofal a roddir yn parhau unwaith y bydd eich plentyn yn mynd adref. Bydd y gweithwyr gofal iechyd proffesiynol yn cytuno ar rai nodau adsefydlu gyda chi a'ch plentyn, a chaiff y nodau hyn eu defnyddio hefyd i werthuso effaith y driniaeth adsefydlu.

Dylech gael eich hysbysu am bob agwedd ar driniaeth adsefydlu eich plentyn a chwarae rhan ym mhob agwedd ar y driniaeth honno.

Dylai'r gweithwyr gofal iechyd proffesiynol eich cynnwys chi a'ch teulu ym mhob agwedd ar y broses hon a dylech fod yn gallu gofyn cwestiynau neu fynegi pryderon os oes rai gennych. Dylent ystyried anghenion eich teulu hefyd wrth gynllunio'r driniaeth adsefydlu.

Ble bydd y driniaeth adsefydlu yn cael ei rhoi a beth fydd yn ei olygu?

Dylai'r driniaeth adsefydlu ystyried pob agwedd ar iechyd a lles eich plentyn. Unwaith y bydd eich plentyn wedi gadael yr ysbyty, gall y driniaeth adsefydlu gael ei rhoi:

- Fel claf allanol yn yr ysbyty
- Mewn uned adsefydlu
- Gartref, yn yr ysgol neu mewn clinigau cymunedol gyda mewnbyn therapyddion cymunedol.

Ymhlith yr agweddau y bydd therapiâu adsefydlu yn ceisio eu gwella mae unrhyw alluoedd y mae'r strôc wedi effeithio arnynt (er enghraifft, symudiad neu leferydd, gwneud addasiadau er mwyn ymdopi â newidiadau mewn galluoedd, datblygu sgiliau bob dydd fel hunan-ofal, ysgol a chwarae, a chymorth cymdeithasol, emosiynol ac ymarferol).



Bydd triniaeth adsefydlu eich plentyn yn cynnwys **ymyriadau** neu therapïau i fynd i'r afael ag unrhyw broblemau y gall fod yn eu hwynebu, ac asesiadau o'i amgylchedd er mwyn iddo gael help i wella. Bydd y gweithwyr gofal iechyd proffesiynol sy'n gweithio gyda chi a'ch plentyn yn gallu argymhell therapïau penodol a fydd yn ei helpu i wella.

Dylai eich plentyn gael cynllun adsefydlu a fydd yn dweud wrthyhych beth i'w wneud ac i ba raddau. Mae'n werth nodi nad yw'r driniaeth adsefydlu yn debygol o fod yn barhaus ac efallai y caiff ei rhoi ar ffurf pecynnau (er enghraifft, mewn sesiynau dros nifer o wythnosau).

Yn ystod y driniaeth adsefydlu, dylai eich plentyn fod yn gweithio tuag at nodau CAMPUS (Cyraeddadwy, Amserol, Mesuradwy, Penodol, Uchelgeisiol, Synhwyrol) a gytunwyd gyda chi, eich teulu a'ch plentyn. Dylid mesur ac olrhain y cynnydd yn erbyn y nodau hyn. Mae'n debygol y bydd y nodau hyn yn newid wrth i'ch plentyn eu cyflawni, neu wrth iddo dyfu ac wrth i'w anghenion a'i flaenoriaethau newid.



Pryd y bydd triniaeth adsefydlu fy mhlentyn yn gorffen?

Mae'r broses o wella ar ôl cael strôc yn ystod plentyndod yn wahanol ar gyfer pob unigolyn. Gall gymryd blynyddoedd a pharhau ar ôl i'r plentyn dyfu'n oedolyn. Gall anghenion cymorth newid neu ymddangos dros amser a gall fod angen i adolygu cynnydd eich plentyn o bryd i'w gilydd.

Ni waeth ble y caiff y driniaeth adsefydlu ei rhoi, dylai fod gennych gyswllt allweddol penodol. Gall yr unigolyn hwn eich helpu hefyd i ddysgu mwy am y gwahanol fathau o gymorth sydd ar gael a beth i'w ddisgwyl nesaf. Mae'r adran *Cysylltiadau Defnyddiol* ar ddiwedd y canllaw hwn yn cynnwys manylion cyswllt sefydliadau a all roi cymorth ychwanegol i chi os bydd ei angen.



Gofynnwch pa fath o driniaeth adsefydlu a therapi fydd yn fuddiol i'ch plentyn.

Gall anghenion plentyn newid hefyd, felly siaradwch â'ch meddyg lleol neu therapydd os bydd gennych unrhyw bryderon neu os bydd eich sefyllfa yn newid. Gallant atgyfeirio eich plentyn yn ôl at wasanaethau arbenigol os bydd eu hangen.

Siaradwch am yr hyn y gallai eich plentyn ei wneud cyn cael y strôc fel bod gan therapyddion syniad o'i alluoedd a'i ddiddordebau.

Mae eich pediatregydd yn chwarae rôl allweddol ym mhroses wella eich plentyn a gall help mewn sawl ffordd wahanol. Siaradwch â'ch pediatregydd os bydd angen rhywbeth arnoch.

Gall strôc effeithio ar gymaint o bethau gwahanol na fydddech yn eu hystyried, fel y cof ac emosiynau. Gall blinder fod yn ffactor yn hyn o beth a gall effeithio ar fywyd yn yr ysgol ac yn y cartref.



”

Mae strôc yn ystod plentynod yn cael effaith ddinistriol ar y teulu. Mae'n cynnwys elfen o sioc yn sicr. Roedd eich plentyn yn iach ac yn sydyn rydych yn delio ag ysbytai, anableddau, proses adsefydlu hirdymor a phroblemau addysgol.

Pa fath o ofal hirdymor y bydd fy mhlentyn yn ei gael a sut y caiff ei gefnogi?

Ysgol

Ar ôl iddo gael ei ryddhau o'r ysbyty, gall dychwelyd i'r ysgol neu ddechrau ysgol am y tro cyntaf fod yn garreg filltir fawr i'ch plentyn. Mae hyn yn rhywbeth y mae angen cynllunio'n ofalus ar ei gyfer ac efallai y byddai'n werth dychwelyd at bethau'n raddol. Mae teimlo'n flinedig yn gyffredin iawn ar ôl cael strôc ac efallai y bydd llai o weithgareddau a chyfnodau o seibiant yn helpu. Gall cadw mewn cysylltiad â ffriidiau yn ystod ei gyfnod adsefydlu helpu eich plentyn i setlo nôl i fywyd yn yr ysgol ac yn y cartref.

Dylai fod cyfathrebu rheolaidd rhwng gweithwyr iechyd proffesiynol (a gweithwyr gofal cymdeithasol proffesiynol o bosibl) ac ysgol eich plentyn er mwyn sicrhau bod yr ysgol yn barod ar gyfer unrhyw anghenion newydd y gall fod gan eich plentyn. Dylid athrawon eich plentyn gael gwybodaeth am strociau yn ystod plentyndod er mwyn sicrhau eu bod yn barod hefyd i gefnogi eich plentyn, gan gynnwys unrhyw adroddiadau therapi meddygol neu seicoleg perthnasol. Dylid sôn wrth gyfoedion eich plentyn am effeithiau strôc, a'r newidiadau sydd wedi digwydd. Bydd hyn yn ei gwneud hi'n haws i'ch plentyn dychwelyd i'r ysgol ac yn lleihau'r risg o fwlio.



Dylai fod ffordd hawdd i chi a'ch teulu gyfathrebu â'r ysgol hefyd a dylai'r ysgol roi'r wybodaeth ddiweddaraf i chi am y cynnydd y mae eich plentyn yn ei wneud.

Gall rhywfaint o driniaeth adsefydlu eich plentyn ddigwydd yn yr ysgol er mwyn sicrhau ei fod yn colli cyn lleied o ysgol â phosibl ac i'w helpu i deimlo'n rhan o bethau. Gall y driniaeth adsefydlu hon amrywio o gymorth ychwanegol yn yr ystafell ddosbarth neu **ymyriadau** i dargedu anawsterau penodol, i Gynllun Addysg, techyd a

Gofal cynhwysfawr (EHCP - Datganiad o Anghenion Addysgol Arbennig yn flaenorol). Dylai gweithwyr iechyd proffesiynol ac athrawon eich plentyn drafod y math o gymorth sydd ei angen gyda chi a'ch plentyn.

Pan fydd eich plentyn yn cyrraedd y cam pan fydd angen iddo symud i ysgol arall, addysg uwch neu waith, dylid cynnal cyfarfodydd cynllunio mor gynnar â phosibl. Dylai eich plentyn chwarae rôl weithredol yn y broses o gynllunio ar gyfer ei ddyfodol a dylai gael cymorth i gynllunio ar gyfer bywyd fel oedolyn a meithrin sgiliau bywyd. Gall y cymorth hwn i feithrin sgiliau bywyd gynnwys cynllunio ar gyfer rhywle i fyw, rheoli arian a chyflogaeth fel y bo'n briodol.

Os oes gan eich plentyn anghenion ychwanegol a bod angen cymorth byrdymor neu hirdymor arno yn yr ysgol, bydd y Cydgysylltydd Anghenion Addysgol Arbennig ac Anableddau yn gallu helpu eich plentyn a'ch teulu wrth iddo ddechrau ei addysg a symud drwy bob cam. Efallai y bydd rôl y Cydgysylltydd AAA neu'r cyswllt allweddol penodol yn newid wrth i'ch plentyn dyfu ac wrth i'w anghenion newid.

Symud o ofal iechyd i bobl ifanc i ofal iechyd i oedolion

Efallai y bydd angen cymorth arbenigol ar rai pobl ifanc wrth iddynt dyfu'n oedolyn.

Gall y broses o symud o ofal iechyd i blant i ofal iechyd i oedolion fod yn heriol gan fod disgwyl i'r person ifanc gymryd mwy o gyfrifoldeb dros ei iechyd ei hun. Dylai'r person ifanc gael help i reoli ei iechyd corfforol a meddyliol cyn y cyfnod pontio hwn ac yn ystod y broses bontio ei hun, yn ogystal ag unrhyw faterion eraill a all fod yn berthnasol, fel cydberthnasau.

Dylech gael y cyfle i gyfarfod â gweithwyr iechyd proffesiynol er mwyn llunio cynllun sy'n diwallu eich anghenion a'ch blaenoriaethau chi ac anghenion a blaenoriaethau'r person ifanc. Dylech chi a'r person ifanc gael eich hysbysu'n ysgrifenedig am y gweithwyr gofal iechyd proffesiynol fydd yn gyfrifol am roi gofal iddo yn y dyfodol, rolau a chyfrifoldebau pob un o'r gweithwyr proffesiynol a sut i gysylltu â nhw.

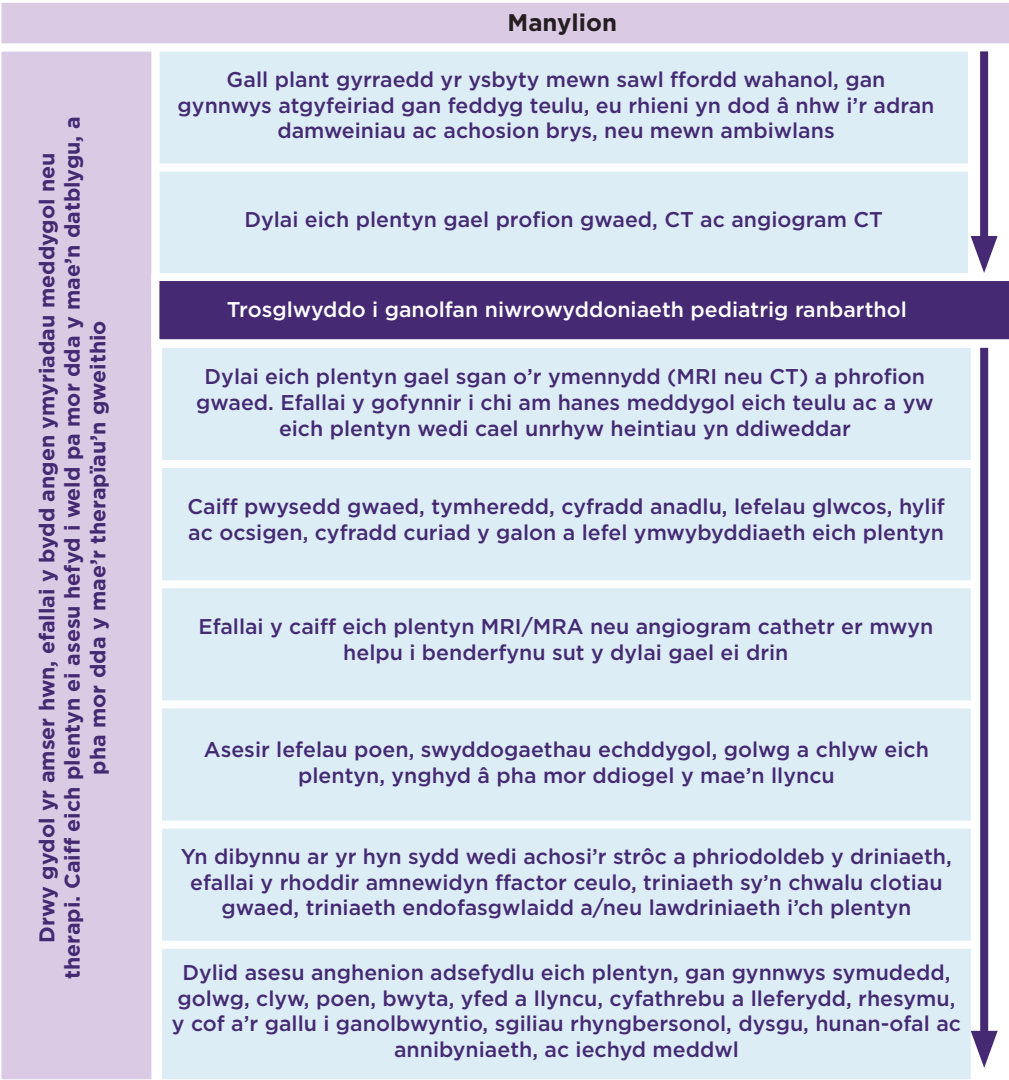


Efallai y byddai'n ddefnyddiol i chi ofyn i dîm meddygol neu elusen ymweld ag ysgol eich plentyn i egluro beth yw strôc a'r effaith y mae'n ei chael ar fywyd bob dydd.

Llwybr strôc yn ystod plentynod

Isod dangosir y llwybr triniaeth y bydd eich plentyn yn ei ddilyn, sef fersiwn fanylach o'r llwybr a nodwyd yn gynharach.

Yn ystod yr amser y bydd eich plentyn yn yr ysbyty, efallai y caiff ei roi mewn uned gofal dwys neu ar ward. Efallai na fydd eich plentyn yn dilyn pob un o'r camau yn y llwybr yn eu trefn a gall fod angen iddo hepgor neu ailadrodd camau ar unrhyw adeg. Dylech gael eich hysbysu'n barhaus ar bob cam o'r llwybr hwn, yn yr ysbyty ac ar ôl i'ch plentyn gael ei ryddhau.



Pobl y gallech gyfarfod â nhw

Cyrraedd yr ysbyty

Meddygon brys ymgynghorol, niwrolegwyr, parafeddygon

Diagnosis

Niwrolegwyr, nyrsys, radiograffyddion, radiolegwyr

Ymchwilio i'r hyn a achosodd y strôc

Pediatryddion cyffredinol, haemotolegwyr, niwrolegwyr, nyrsys pediatrig, radiolegwyr

Asesiad a thriniaeth gynnar

Pediatryddion cyffredinol, niwrolegwyr, therapyddion galwedigaethol, nyrsys pediatrig, ffisiotherapyddion, therapyddion lleferydd ac iaith

Sganiau delweddu'r ymennydd a phroffion dilynol neu bellach

Niwrolegwyr, niwrolawfeddygon, radiolegwyr

Asesiad gweithredol

Haemotolegwyr, niwrolegwyr, niwroradiolegwyr, niwrolawfeddygon

Triniaeth feddygol a therapi*

Pediatryddion cyffredinol, haemotolegwyr, niwrolegwyr, nyrsys pediatrig, radiolegwyr

Asesu anghenion adsefydlu

Ffisiotherapyddion, therapyddion galwedigaethol, seicolegwyr clinigol, nyrsys cymunedol, cwnselwyr, niwroseicolegwyr, gweithwyr gwasanaethau orthoteg a sblintiau, pediatryddion, therapyddion lleferydd ac iaith, gweithwyr cymorth golwg a chlyw

Llwybr strôc yn ystod plentyndod

Isod dangosir y llwybr triniaeth parhaus y bydd eich plentyn yn ei ddilyn, gan ganolbwyntio ar y gofal a roddir yn y gymuned, fel claf allanol, neu drwy wasanaethau addysg.

Manylion

Drwy gydol yr amser hwn, efallai y bydd angen i'ch plentyn gael profion meddygol pellach a gall fod angen iddo gael ei atgyfeirio'n ôl at wasanaethau arbenigol. Caiff eich plentyn ei asesu hefyd i weld pa mor dda y mae'n datblygu, ynghyd â'i anghenion

Efallai yr asesir anghenion adsefydlu eich plentyn yn y meysydd canlynol: symudedd, golwg, clyw, poen, bwyta, yfed a llyncu, cyfathrebu a lleferydd, rhesymu, y cof a'r gallu ganolbwyntio, sgiliau rhyngbersonol, dysgu, hunan-ofal ac annibyniaeth, iechyd meddwl, cyfarpar, mynediad i'r cartref, ac orthoteg.

Bydd gweithwyr iechyd ac addysg proffesiynol yn gweithio gyda'ch plentyn a'ch teulu i bennu nodau adsefydlu a chaiff y nodau hyn eu hadolygu o leiaf unwaith y flwyddyn.

Dylech chi a'ch teulu gael gwybodaeth am sut i gael gofal ar gyfer eich plentyn a ffynonellau cymorth a gwybodaeth. Dylid cysylltu ag ysgol eich plentyn hefyd er mwyn egluro anghenion eich plentyn.

Dylid sicrhau bod cyfathrebu parhaus rhyngoch chi, yr ysgol a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol a gweithiwr allweddol eich plentyn ynglŷn â chynnydd eich plentyn. Dylai'r therapi y mae eich plentyn yn ei gael yn ystod ysgol ystyried ei anghenion a dylai fod yn hyblyg ac yn integredig. Efallai y bydd angen Cynllun Addysg, Iechyd a Gofal arnoch sy'n nodi'r therapi y mae eich plentyn yn ei gael a'i anghenion addysgol. Efallai y bydd angen dogfennaeth ysgrifenedig arnoch sy'n nodi anghenion cymorth meddygol a gofal eich plentyn.

Efallai y bydd y broses o symud o ofal iechyd i blant i ofal iechyd i oedolion yn heriol gan y bydd disgwyl i'ch plentyn gymryd mwy o reolaeth dros ei ofal ei hun. Dylech gael cyfarfod â gweithwyr iechyd proffesiynol eich plentyn er mwyn cynllunio'r broses bontio, lle y caiff rolau'r holl weithwyr proffesiynol gwahanol eu hegluro. Efallai y bydd i chi gael mwy nag un o'r cyfarfodydd hyn.

Dylai'r broses o gynllunio ar gyfer y cam lle bydd eich plentyn/person ifanc yn pontio i waith neu addysg uwch ddechrau'n gynnar a dylai gael ei gynnwys yn y broses honno.

Pobl y gallech gyfarfod â nhw

Asesu triniaeth adsefydlu anghenion	Seicolegwyr plant, seicolegwyr clinigol, nyrsys cymunedol, cwnselwyr, seicolegwyr addysgol, niwroseicolegwyr, therapyddion galwedigaethol, gweithwyr gwasanaethau orthoteg a sblintiau, pediatryddion, ffisiotherapyddion, gweithwyr cymorth golwg a chlyw, therapyddion lleferydd ac iaith, athrawon, y Cydgysylltydd Anghenion Addysgol Arbennig ac Anableddau yn ysgol eich plentyn
Pennu nodau	Dylai'r nodau hyn gael eu pennu ar y cyd â'ch plentyn, eich hun, eich teulu a'r gweithwyr iechyd ac addysg proffesiynol perthnasol a restrir
Cyfathrebu	Dylech gael eich atgyfeirio at y Tîm Plant ag Anableddau. Efallai y byddwch hefyd yn cyfarfod â seicolegwyr addysgol, pediatryddion, gweithwyr cymdeithasol, athrawon a'r Cydgysylltydd AAA yn ysgol eich plentyn
Pontio i'r ysgol a symud drwy'r ysgol	Yn dibynnu ar anghenion eich plentyn, efallai y byddwch yn cyfarfod â seicolegwyr addysgol, therapyddion galwedigaethol, ffisiotherapyddion, niwroseicolegwyr, gweithwyr cymdeithasol, therapyddion lleferydd ac iaith, Cydgysylltydd AAA yr ysgol, athrawon
Pontio rhwng gwasanaethau gofal iechyd	Gweithwyr iechyd proffesiynol i oedolion (er enghraifft, meddygon, therapyddion), meddygon teulu, therapyddion galwedigaethol, seicolegwyr, gweithwyr cymdeithasol, eich pediatregydd. Dylai eich gweithiwr allweddol fod yn bresennol hefyd. Cofiwch y gall gweithiwr allweddol eich plentyn newid wrth i'w anghenion newid.
Pontio i waith neu addysg uwch	Staff coleg/prifysgol, seicolegwyr addysgol, cynghorwyr y ganolfan gwaith, gweithwyr cymdeithasol, eich gweithiwr allweddol

Ble y gallaf gael rhagor o help a gwybodaeth?

Mae nifer o sefydliadau a fydd yn gallu rhoi cymorth a chynghor i chi. Mae'r sefydliadau a restrwyd wedi cael eu hargymhell gan glinigwyr a rhieni.

Sefydliad	Sut y gallant helpu?	Manylion cyswllt
Brain Injury Hub	Gwybodaeth ac adnoddau i blant a phobl ifanc sydd wedi cael anaf i'r ymennydd.	www.braininjuryhub.co.uk
Cerebra	Cynghor ac arweiniad ar amrywiaeth eang o bynciau gan gynnwys Lwfans Byw i'r Anabl.	www.w3.cerebra.org.uk
Ymddiriedolaeth Anafiadau i Ymennydd Plant	Cymorth ymarferol ac emosiynol i blant, pobl ifanc a'u teuluoedd.	www.childbraininjurytrust.org.uk
Contact a Family	Gwybodaeth, cynghor a chymorth i ddod â theuluoedd ynghyd i gefnogi ei gilydd.	www.cafamily.org.uk
Cynghor i Blant Anabl	Amrywiaeth o adnoddau ar gyfer rhieni, gweithwyr cymdeithasol, athrawon a gweithwyr proffesiynol eraill.	www.councilfordisabledchildren.org.uk
Disability Grants UK	Chwilio am grantiau gan arianwyr lleol a chenedlaethol at amrywiaeth o ddibenion.	www.disability-grants.org
HemiHelp	Gwybodaeth, cymorth ac arweiniad i bobl sydd â hemiplegia a'u teuluoedd yn y DU.	www.hemihelp.org.uk
Sickle Cell and Young Stroke Survivors	Cymorth i blant, pobl ifanc a'u teuluoedd sydd wedi cael eu heffeithio gan SCD a strôc yn ystod plentyndod.	www.scyss.org

Y Gymdeithas Strôc	Ffynhonnell gwybodaeth a chymorth i bobl sydd wedi cael strôc a'u teuluoedd. Adnoddau i blant a theuluoedd a dolenni i gymorth gan gyfoedion a thrwy'r cyfryngau cymdeithasol.	www.stroke.org.uk/childhood
YouGov	Wrth wraidd ein cwmni mae cymuned ar-lein fyd-eang lle mae miliynau o bobl a miloedd o sefydliadau gwleidyddol, diwylliannol a masnachol yn cynnal trafodaeth barhaus am eu credoau, eu hymddygiadau a'u brandiau.	www.yougov.co.uk

Rhestr termau

Term	Diffiniad
Angiograffeg Atseinol Magnetig (MRA)	Techneg a ddefnyddir i gael llun o'r pibellau gwaed yn yr ymennydd. Fel arfer, caiff llifyn ei chwistrellu neu weithiau defnyddir llif y gwaed ei hun i ddangos y pibellau gwaed yn glir. Mae MRA yn defnyddio maes magnetig a thonnau radio i fesur yr egni a allyrrir gan atomau hydrogen yn y corff. Mae'r egni a allyrrir ganddynt yn amrywio yn dibynnu ar ba ran o feinwe'r corff y maent yn dod ac mae'r peiriant sganio yn troi mesuriadau o'r egni hwn yn lluniau o'r feinwe. Bydd angen i'ch plentyn orwedd ar fwrdd symudol sy'n sleidio i mewn i'r peiriant sganio. Yn aml, bydd angen i blant gael eu llonyddu er mwyn sicrhau eu bod yn gorwedd yn llonydd drwy gydol y sgan. Efallai y rhoddir plygiau clustiau neu glustffonau i blant yn ystod y sgan ac efallai y caniateir i chi aros yn yr ystafell gyda'ch plentyn, ond bydd angen i chi gael eich sgrinio ar gyfer diogelwch yn yr amgylchedd magnetig. Nid yw'r angiograffeg hon yn defnyddio ymbelydredd.
Angiograffeg Cathetr	Techneg a ddefnyddir i gael llun o bibellau gwaed. Caiff llifyn ei chwistrellu i wneud y pibellau gwaed yn fwy amlwg a thynnir llun pelydr-x i ddangos y gwaed yn lifo drwy'r pibellau.
Angiograffeg Tomograffeg Gyfrifiadurol (CTA)	Techneg a ddefnyddir i gael llun o bibellau gwaed. Caiff llifyn ei chwistrellu i wneud y pibellau gwaed yn fwy amlwg yn y llun a rhoddir sgan CT. Nid yw CTA yn boenus ar y cyfan ond efallai y bydd rhywfaint o anesmwythder o orfod gorwedd yn llonydd tra bod y llifyn yn cael ei chwistrellu. Efallai y bydd angen i blant gael eu llonyddu er mwyn sicrhau eu bod yn aros yn llonydd yn ystod y broses sganio.
Ailfasgwlaiddio	Llawdriniaeth a wneir i adfer llif y gwaed i organ neu ran o'r corff naill ai drwy ddadflocio'r pibell waed sydd wedi'i rhwystro neu ei ddargyfeirio neu fewnblannu pibellau gwaed newydd. Defnyddir ailfasgwlaiddio i drin moyamoya. Mae'n dargyfeirio rhydweliâu sydd wedi'u rhwystro yn yr ymennydd naill ai drwy gysylltu rhydweli iach o'r croen ar y pen yn uniongyrchol i rydweli yn yr ymennydd neu i wyneb yr ymennydd. Yna, mae'r rhydweliâu newydd yn tyfu o'r rhydweli hwn i mewn i'r ymennydd, gan adfer llif y gwaed.
Arteriopathi serebral ffocal mewn plant a phobl ifanc	Mae'r pibellau gwaed mewn rhan o'r ymennydd yn culhau. Ni wyddir beth sy'n achosi hyn.

Camffurfiad ceudodol	Clwstwr o bibellau gwaed annormal chwyddedig sy'n aml yn edrych fel mafonen. Mae'r gwaed yn llifo'n arafach drwy'r pibellau chwyddedig hyn a gan fod leinin celloedd y camffurfiad ceudodol yn aml yn fwy tenau na leinin celloedd pibellau gwaed normal, gallant ddiferu gwaed ac achosi gwaedlif yn yr ymennydd weithiau.
Camffurfiad rhydweli-wythiennol	Cymysgedd o bibellau gwaed sy'n cysylltu rhydweliâu sy'n cludo gwaed llawn ocsigen i wythiennau sy'n cludo gwaed heb ocsigen. Caiff gwaed o'r rhydweliâu ei ddargyfeirio i mewn i'r gwythiennau cyn y gall gyflenwi ocsigen a maethynnau i feinwe'r ymennydd. Gall y feinwe nad yw'n cael ei chyflenwi'n gywir gan y rhydweliâu beidio â gweithio a gall y camffurfiadau rhydweli-wythiennol ei hun rwygo a gwaedu i mewn i'r ymennydd.
Clefyd y crymangelloedd (SCD)	Clefyd etifeddol sy'n effeithio'n bennaf ar bobl o Affrica, y Caribî, Dwyrain Môr y Canoldir, y Dwyrain Canol ac Asia. Mae pobl sydd â'r clefyd yn cynhyrchu celloedd gwaed coch ar ffurf 'cryman' a all fynd yn sownd mewn pibellau gwaed.
Clipio	Triniaeth lawfeddygol ar gyfer ymledladau lle y caiff clip bach metel ei osod ar waelod yr ymlediad er mwyn atal gwaed rhag mynd i mewn i'r ymlediad a dileu'r risg o waedu.
Creuandoriad datgywasgol	Llawdriniaeth lle y caiff rhan o'r benglog ei thynnu dros dro i leddfu pwysau ar yr ymennydd pan fydd gwaedu neu chwyddo. Yn ddiweddarach, caiff 'cranioplasty' ei osod yn ôl i ddiogelu'r ardal.
Delweddu Atseinol Magnetig (MRI)	Techneg a ddefnyddir i gael llun o'r ymennydd. Mae MRI yn defnyddio maes magnetig a thonau radio i fesur yr egni a allyrrir gan atomau hydrogen yn y corff. Mae'r egni a allyrrir ganddynt yn amrywio yn dibynnu ar ba ran o feinwe'r corff y maent yn dod ac mae'r peiriant sganio yn troi mesuriadau o'r egni hwn yn lluniau o'r feinwe. Bydd angen i'ch plentyn orwedd ar fwrdd symudol sy'n sleidio i mewn i'r peiriant sganio. Yn aml, bydd angen i blant gael eu llonyddu er mwyn sicrhau eu bod yn gorwedd yn llonydd drwy gydol y sgan. Efallai y rhoddir plygiau clustiau neu glustffonau i blant yn ystod y sgan ac efallai y caniateir i chi aros yn yr ystafell gyda'ch plentyn, ond bydd angen i chi gael eich sgrinio ar gyfer diogelwch yn yr amgylchedd magnetig. Ni yw MRI yn defnyddio ymbelydredd.
Dyraniad rhydweliol	Rhwyg rhannol yn wal y rhydweli. Unwaith y bydd rhwyg yn datblygu, gall gwaed geulo yn y man lle ceir y rhwyg a all rwystro'r rhydweli, neu gall y clot dorri'n rhydd a rhwystro'r rhydweli ymhellach i fyny.

Ecocardiogram (ECO)	Sgan a ddefnyddir i edrych ar y galon a'r pibellau gwaed o'i hamgylch. Bydd angen i'ch plentyn dynnu unrhyw ddillad sy'n gorchuddio rhan uchaf ei gorff a chaiff synwryddion gludiog bach o'r enw electroddau eu gosod ar ei frest er mwyn monitro rhythm ei galon yn ystod y prawf. Caiff gel ei roi ar ei frest a chaiff stiliwr ei symud ar draws ei groen. Bydd y stiliwr hwn yn anfon lluniau i beiriant gerllaw. Nid yw'r sgan yn boenus ac ni chaiff unrhyw ymbelydredd ei ddefnyddio.
Emboleiddiad neu lawdriniaeth endofasgwlaidd	Defnyddir llawdriniaeth endofasgwlaidd i drin problemau gyda phibellau gwaed, er enghraifft, ymlediadau. Caiff toriad bach ei wneud yn agos at y glun a chaiff cathetr ei basio i fyny drwy'r rhydweli i'r man lle mae'r ymlediad. Yna, caiff deunydd fel coiliau neu lud eu gosod yn barhaol yn yr ymlediad i'w selio a'i atal rhag rhwygo.
Fasgwilitis y system nerfol ganolog	Llid yn waliau'r pibellau gwaed yn yr ymennydd neu'r asgwrn cefn. Mae'r llid yn waliau'r pibellau gwaed yn golygu bod llai o le i'r gwaed lifo drwyddo, gan rwystro ocsigen rhag llifo i'r ymennydd.
Hemiplegia neu hemiparesis	Cyflwr lle y caiff un ochr y corff ei pharhysu o ganlyniad i anaf i'r ymennydd.
Meini prawf FAST	Talfyriad sy'n help i adnabod arwyddion strôc. Mae'r llythyrau'n sefyll am: Wyneb (Face): a yw'r person yn gallu gwenu? A yw ei wyneb wedi disgyn ar un ochr? Gwendid yn y fraich (Arm weakness): a yw'r person yn gallu codi ei ddwy fraich a'u cadw yno? Problemau gyda'r lleferydd (Speech problems): a yw'r person yn gallu siarad yn glir a deall yr hyn rydych yn ei ddweud? A yw ei leferydd yn aneglur? Amser (Time): os ydych yn gweld un o'r arwyddion hyn, mae'n amser ffonio 999.
Microlawdriniaeth	Llawdriniaeth lle y defnyddir microsgop i gyflawni llawdriniaethau ar strwythurau bach iawn. Nod y llawdriniaeth yw gwaredu abnormaleddau mewn pibellau gwaed yn yr ymennydd fel camffurfiadau rhydweli-wythiennol neu gamffurfiadau ceudodol, gan leihau'r niwed a wneir i'r feinwe o'u hamgylch. Caiff rhan fach o'r benglog ei thynnu dros dro a chaiff y llawdriniaeth ei chyflawni o dan ficrosgop.

Moyamoya	Clefyd prin a achosir pan fydd y prif bibellau gwaed yn yr ymennydd, sef y rhydwelïau carotid mewnol, yn culhau neu'n cael eu rhwystro. Gan fod llif y gwaed yn y pibellau gwaed hyn yn cael ei gyfyngu, mae rhwydwaith o bibellau gwaed bach yn ffurfio i wneud yn iawn am hynny. Mae moyamoya yn golygu 'pwff o fwg' yn Siapaneag ac mae'r enw yn disgrifio ymddangosiad y pibellau gwaed bach. Ni wyddir beth sy'n achosi moyamoya ac mae llawer o blant sydd â'r cyflwr yn iach fel arall, ond gall fod yn gysylltiedig ag anafiadau i'r ymennydd, heintiau neu gyflyrau genetig.
Radiolawdriniaeth stereotactig	Math o therapi ymbelydredd manwl gywir sy'n defnyddio pelydrau o ymbelydredd i niweidio celloedd y pibellau gwaed abnormal yn yr ymennydd (er enghraifft, yn achos camffurfiad rhydweli-wythiennol). Ar ôl y driniaeth, a thros sawl blwyddyn, bydd walïau'r pibellau gwaed abnormal yn tewychu ac yn cau, gan leihau'r siawns y ceir gwaedlif. Yn ystod y driniaeth, bydd yn rhaid i'ch plentyn wisgo ffrâm pen neu fasg a bydd eich meddyg yn rhoi anesthetig lleol iddo i'w baratoi ar gyfer hyn. Caiff sgan CT neu MRI ei gymryd er mwyn dod o hyd i union leoliad y pibellau gwaed abnormal. Yn ystod y driniaeth, bydd eich plentyn yn gorwedd ar wely triniaeth er mwyn sicrhau bod ei ben yn gwbl llonydd. Nid yw'r driniaeth ei hun yn boenus ond efallai y bydd y ffrâm pen yn achosi rhywfaint o boen. Ni fyddwch yn gallu bod yn yr ystafell gyda'ch plentyn yn ystod y driniaeth.
Sgan uwchsain	Techneg sy'n defnyddio tonnau sain amllder uchel i greu llun o'r tu mewn i'r corff. Defnyddir stiliwr i olrhain y tonnau sain wrth iddynt adlamu oddi ar rannau gwahanol o'r corff a chreu llun. Caiff gel ei osod ar groen eich plentyn er mwyn caniatáu i'r stiliwr symud drosto'n hawdd. Ni ddylai sgan uwchsain achosi unrhyw anesmwythder ac nid yw'n defnyddio ymbelydredd.
Strôc gwaedlifol	Math o strôc lle mae rhan o bibell gwaed yn yr ymennydd sydd wedi gwanhau yn rhwygo ac mae gwaed yn gollwng i mewn i'r ymennydd ac o'i amgylch. Mae hyn yn achosi chwyddo a phwysedd ac yn niweidio'r celloedd o'i amgylch.
Strôc isgemig	Math o strôc lle mae pibell waed yn yr ymennydd yn cael ei rwystro ac ni chaiff gwaed ei gludo i ran o'r ymennydd. Mae'r diffyg cyflenwad gwaed yn achosi niwed i'r celloedd yr effeithir arnynt.

Tomograffeg Gyfrifiadurol (CT)	Techneg debyg i belydr-x a ddefnyddir i gael lluniau o'r tu mewn i'r corff y gellir eu defnyddio i ddiagnosio strôc. Yn ystod y sgan, caiff sawl pelydryn-x eu hanelu at y person sy'n cael ei sganio ac mae canfodyddion pelydr-x yn mesur faint o'r pelydrau-x sy'n cael eu hamsugno. Mae cyfrifiadur yn troi'r data hyn yn llun. Caiff sganiau CT eu haddasu ar gyfer plant er mwyn lleihau'r dos o ymbelydredd.
Wltrasonograffeg Doppler Drawsgreuanol	Techneg sy'n monitro llif y gwaed yn y rhydweliâu. Defnyddir peiriant uwchsain Doppler i fesur atseiniau tonnau uwchsain sy'n symud drwy'r greuan (y benglog). Mae'r tonnau sain yn adlamu oddi ar gelloedd gwaed coch yn yr ymennydd ac mae cyfrifiadur yn cyfrifo pa mor gyflym mae'r celloedd yn symud. Fel gyda mathau eraill o dechnegau uwchsain, caiff gel ei osod ar yr ardal sy'n cael ei harchwilio a chaiff stiliwr ei symud dros groen eich plentyn. Bydd angen i'ch plentyn gadw ei ben yn llonydd ac osgoi siarad yn ystod y sgan. Nid yw'r sgan yn boenus ac nid yw'n defnyddio ymbelydredd.
Ymlediad	Chwydd fel balŵn mewn pibell waed a achosir gan wendid yn wal y bibell waed. Gall ymlediad dyfu dros amser (neu rwygo) a gall achosi gwaedu yn yr ymennydd.
Ymyrraeth	Gweithred neu driniaeth i wella iechyd neu leihau'r risg o anaf. Gallai hyn olygu llawdriniaeth, cyffur, cwnsela neu therapi fel ffisiotherapi.

Cysylltiadau allweddol a nodiadau

[illegible]

Royal College of Paediatrics and Child Health
5-11 Theobalds Road, London, WC1X 8SH

The Royal College of Paediatrics and Child Health (RCPCH) is a registered charity in England and Wales (1057744) and in Scotland (SC038299).