

Fasenra® (benralizumab)

Gwybodaeth ddefnyddiol am eich triniaeth asthma difrifol

Croeso i'ch llyfryn gwybodaeth i gleifion!

Yn y llyfryn hwn fe welwch:

- **Gwybodaeth i gleifion Fasenra** (Tudalennau 2 i 6)
- **Cyfarwyddiadau ar gyfer hunan-weinyddu Fasenra** (Tudalennau 7 i 11)
- **Eich cynllun triniaeth Fasenra** (Tudalennau 12 i 18)

Mae'r llyfryn hwn wedi'i fwriadu ar gyfer cleifion yn y Deyrnas Unedig sydd wedi cael presgripsiwn ar gyfer Fasenra ar gyfer asthma eosinoffilig difrifol. Nid yw'n disodli'r Daflen Wybodaeth i Gleifion y dylech ei darllen ochr yn ochr â'r llyfryn hwn ac sydd i'w chael ym mhob pecyn o Fasenra.



Cefnogaeth barhaus ar eich triniaeth

**Llinell gymorth
cleifion:
08004 700329**

Llun-Gwener 8am-6pm | Sad 9am-5pm
Y tu allan i oriau gwaith cysylltwch â'ch meddyg, nyrs neu fferylllydd, neu mewn argyfwng ffoniwch 999.

Mae'r llyfryn hwn wedi'i ddatblygu a'i ariannu gan AstraZeneca, gwneuthurwr Fasenra.

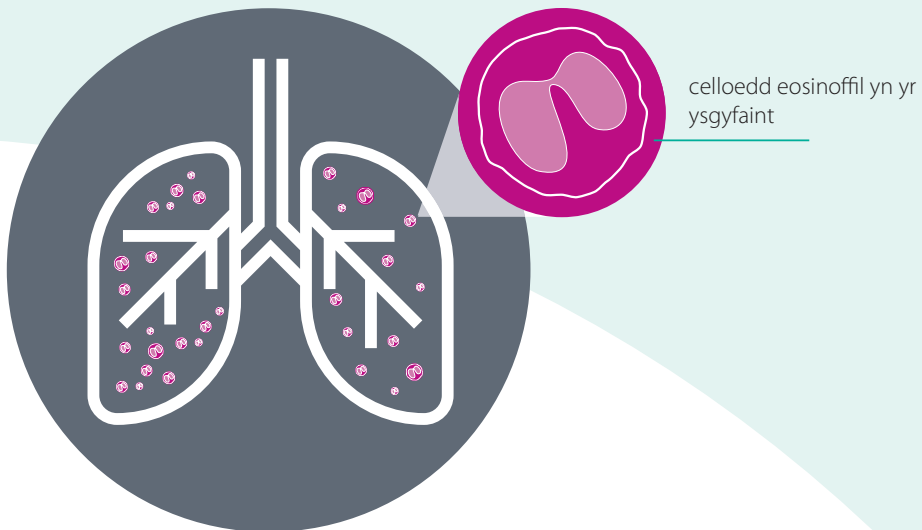
Beth yw asthma eosinoffilig?

Mae eosinoffiliau yn fath o gelloedd gwaed gwyn. Mae'r celloedd hyn yn gweithio i amddiffyn eich corff rhag rhai heintiau.

Fel arfer, mae eosinoffiliau'n byw am gyfnod byr yn eich corff ac unwaith y byddant wedi gwneud eu gwaith, mae eich corff yn cael gwared arnynt.

Ond mewn pobl ag asthma eosinoffilig, mae gormod o eosinoffiliau yn y gwaed, sy'n symud i'r ysgyfaint, gan achosi llid sydd yn ei dro yn arwain at broblemau anadlu.

Mae eich meddyg wedi dod i'r casgliad bod eich symptomau asthma yn gysylltiedig â lefelau uchel o eosinoffiliau.

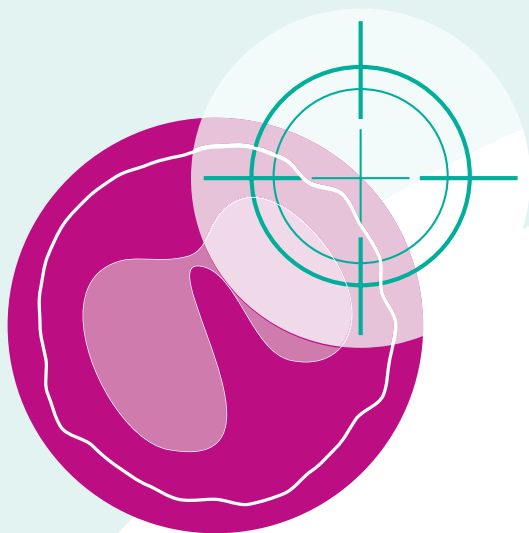


Pam mae eich meddyg wedi rhagnodi Fasenra?

Mae Fasenra yn driniaeth chwistrelladwy ar gyfer asthma eosinofflig difrifol sy'n targedu eosinoffiliau'n uniongyrchol, gan helpu'ch corff i'w dileu o'ch gwaed a'ch ysgyfaint.

Gall hyn leihau nifer y pyliau asthma a gewch, eich helpu i anadlu'n well a lleihau symptomau eich asthma.

Mae'n bwysig parhau i gymryd unrhyw driniaeth asthma arall (anadlyddion/ tabledi) y mae eich meddyg wedi'i rhagnodi i chi.



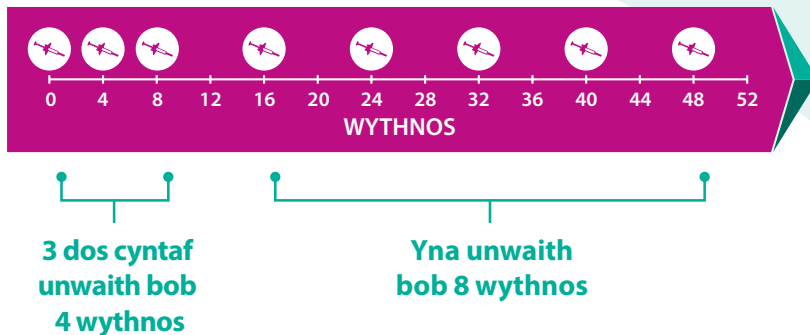
Os ydych chi'n cymryd 'corticosteroidau geneuol', gall defnyddio Fasenra hefyd ganiatáu i chi leihau'r dos dyddiol sydd ei angen i reoli'ch asthma neu roi'r gorau i'w cymryd yn llwyr. Dylech ddilyn cyngor eich meddyg ar hyn.

Sut fyddwch chi'n derbyn eich pigiadau Fasenra?

Bydd meddyg, nyrs neu weithiwr gofal iechyd proffesiynol arall yn rhoi'r pigiadau i chi ychydig o dan y croen yn eich braich uchaf, abdomen neu glun.

Oni bai bod eich meddyg neu nyrs yn dweud rhywbeth gwahanol wrthyhych, bydd eich amserlen driniaeth fel y dangosir isod:

Eich blwyddyn gyntaf o driniaeth gyda Fasenra



Os na allwch chi ddod i'ch apwyntiad Fasenra neu os ydych chi wedi methu dos o Fasenra: cysylltwch â'ch meddyg neu nyrs cyn gynted â phosibl i aildrefnu'ch apwyntiad.

Rhoi'r gorau i driniaeth gyda Fasenra: peidiwch â rhoi'r gorau i driniaeth gyda Fasenra oni bai bod eich meddyg yn eich cyngori i wneud hynny. Gall torri ar draws neu atal triniaeth gyda Fasenra achosi i'ch symptomau a'ch pyliau o asthma ddychwelyd.

A oes unrhyw sgîl-ffeithiau gyda thriniaeth Fasenra?

Fel gyda phob meddyginiaeth, mae'n bosibl y gallech chi brofi rhai sgîl-ffeithiau gyda thriniaeth Fasenra ond ni fydd pawb wedi ei ffeithio.

Mae sgîl-ffeithiau cyffredin, a all ffeithio ar hyd at 1 o bob 10 o gleifion asthma, yn cynnwys:

- Pen tost
- Pharyngitis (dolor gwddf)
- Twymyn (tymheredd uchel)
- Adwaith yn safle'r pigiad (e.e. poen, cochni, cosi, chwydd ger lle rhoddwyd y pigiad)

Gall rhai pobl gael adweithiau alergaidd.

Mae'r adweithiau hyn yn gyffredin (gallant ffeithio ar hyd at 1 o bob 10 o bobl)

Mae symptomau fel arfer yn cynnwys:

- Llosg danadl
- Brech

Mewn rhai achosion, gall cleifion profi adwaith alergaidd difrifol a elwir yn anaffylaxis.

Fodd bynnag, ni ellir pennu'r amllder

yn ôl y data sydd ar gael. Mae symptomau fel arfer yn cynnwys:

- Chwydd yn eich wyneb, tafod, neu geg
- Problemau anadlu
- Llewygu, pendro, teimlo'n benysgafn (oherwydd cwymp mewn pwysedd gwaed)

Ceisiwch sylw meddygol ar unwaith os ydych chi'n meddwl y gallech chi fod yn cael adwaith alergaidd.

Gall adweithiau o'r fath ddigwydd o fewn oriau neu ddyddiau ar ôl y pigiad.

Cyfeiriwch at y Daflen Gwybodaeth i Gleifion ym mhhecyn Fasenra am ragor o wybodaeth am sgîl-ffeithiau posibl.

Siaradwch â'ch meddyg, nyrs neu fferylllydd os cewch unrhyw sgîl-ffeithiau.

Rhoi gwybod i'ch meddyg sut mae eich triniaeth yn mynd

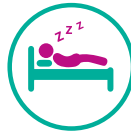
Bydd eich meddyg neu nyrs eisiau gwybod a yw symptomau eich asthma yn gwella neu a ydynt yn parhau i effeithio ar eich bywyd bob dydd.

Cyn eich apwyntiad, treuliwch ychydig funudau yn meddwl am y pwyntiau isod er mwyn i chi allu rhoi darlun cyffredinol da iddyn nhw o sut rydych chi'n dod ymlaen.



Anadlu

Ydych chi'n pesychu neu'n gwichian?



Cwsg

A yw eich asthma yn eich atal rhag cael noson dda o gwsg?



Pyliau o asthma

Faint (os o gwbl) ydych chi wedi'u cael?
Pa mor ddrwg oedden nhw?



Gweithgareddau dyddiol

Ydych chi nawr yn fwy abl i wneud rhai gweithgareddau (e.e. siopa, mynd am dro) nag oeddech chi cyn i chi ddechrau triniaeth?

Ydych chi'n cael unrhyw anhawster gyda gweithgareddau penodol?



Meddyginiaeth

Ydych chi'n cymryd eich anadlydd ataliol fel y cyfarwyddir?
Pa mor aml ydych chi'n defnyddio'ch anadlydd lliniaru?
Faint o dabledi corticosteroid ydych chi'n eu cymryd?

Ble i ddod o hyd i ragor o wybodaeth

Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu bryderon, dylech siarad â'ch meddyg, nyrs neu fferylllydd. Dylech hefyd ddarllen y Daflen Wybodaeth i Gleifion gan fod hon yn cynnwys gwybodaeth ddefnyddiol. Gallwch ddod o hyd i'r Daflen Wybodaeth i Gleifion ym mhob pecyn o Fasenra.

Hunan-weinyddu

FASENRA® (benralizumab)

Pen wedi'i lenwi ymlaen llaw

Cyn defnyddio'ch Pen Fasenra, dylai eich darparwr gofal iechyd ddangos i chi neu'ch gofalwr sut i'w ddefnyddio'n gywir.

Darllenwch y 'Cyfarwyddiadau Defnyddio' hyn cyn i chi ddechrau defnyddio'ch Pen Fasenra a phob tro y byddwch chi'n cael ail-lenwad. Efallai y bydd gwybodaeth newydd. Nid yw'r wybodaeth hon yn disodli siarad â'ch darparwr gofal iechyd am eich cyflwr meddygol na'ch triniaeth.

Os oes gennych chi neu'ch gofalwr unrhyw gwestiynau, siaradwch â'ch darparwr gofal iechyd.

Gwybodaeth Bwysig

Storiwch Fasenra mewn oergell rhwng 2°C ac 8°C yn ei flwch nes eich bod yn barod i'w ddefnyddio. Gellir cadw Fasenra ar dymheredd ystafell hyd at 25°C am uchafswm o 14 diwrnod. Ar ôl ei dynnu o'r oergell, rhaid defnyddio Fasenra o fewn 14 diwrnod neu ei daflu

Peidiwch â defnyddio'ch Pen Fasenra os:

- mae wedi'i rewi
- mae wedi cael ei ollwng neu ei ddifrodi
- mae'r sêl ddiogelwch ar y blwch wedi'i thorri
- mae'r dyddiad dod i ben (EXP) wedi mynd heibio

Peidiwch â:

- ysgwyd eich Pen Fasenra
- rhannu neu ailddefnyddio eich Pen Fasenra

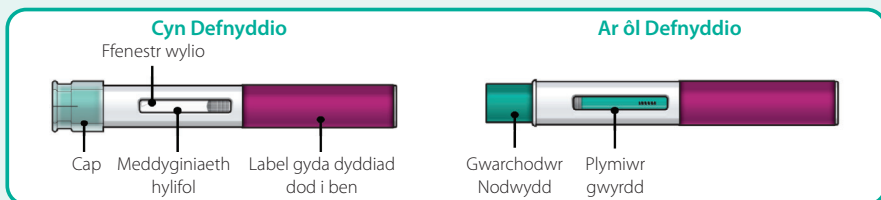
Os bydd unrhyw un o'r uchod yn digwydd, taflwch y Pen Fasenra mewn cynhwysydd eitemau miniog sy'n gwrthsefyll tyllu a defnyddiwch Ben Fasenra newydd.

Mae pob Pen Fasenra yn cynnwys 1 dos o Fasenra sydd i'w ddefnyddio unwaith yn unig.

Cadwch Fasenra a phob meddyginiaeth allan o olwg a chyrhaeddiad plant.

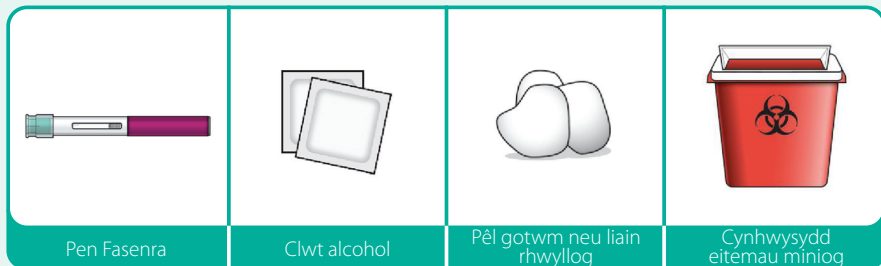
Cyfarwyddiadau i ddefnyddio'ch Pen Fasenra

Peidiwch â thynnu'r cap nes i chi gyrraedd Cam 6 o'r cyfarwyddiadau hyn ac yn barod i roi'r pigiad Fasenra.



Cam 1 - Casglu Cyflenwadau

- 1 Pen Fasnra o'r oergell
- 1 cadach alcohol
- 1 pêl gotwm neu liain rhwylllog
- 1 cynhwysydd eitemau miniog sy'n gwrthsefyll tyllu.
(Gweler Cam 10 – Gwaredu'r Pen Fasnra a ddefnyddiwyd yn ddiogel)



Cam 2 - Paratowch i ddefnyddio'ch Pen Fasnra

Gwiriwch y dyddiad dod i ben (EXP). Peidiwch â defnyddio os yw'r dyddiad dod i ben wedi mynd heibio.

Cyn ei roi, gadewch i'r pen wedi'i lenwi ymlaen llaw gyrraedd tymheredd ystafell 20 °C i 25 °C trwy adael y blwch allan o'r oergell am tua 30 munud.

Peidiwch â chynhesu Pen Fasnra mewn unrhyw ffordd arall. Er enghraifft, peidiwch â'i gynhesu mewn microdon na dŵr poeth, na'i roi ger ffynonellau gwres eraill.

Defnyddiwch Fasnra o fewn 14 diwrnod ar ôl ei dynnu o'r oergell.

Peidiwch â thynnu'r cap nes i chi gyrraedd Cam 6.

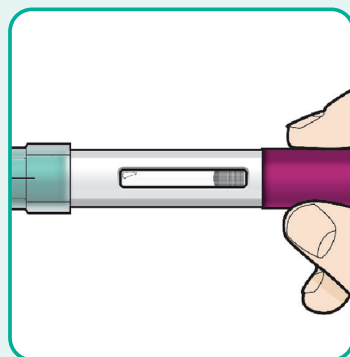


Cam 3 - Gwiriwch yr hylif

Edrychwch ar yr hylif yn y Pen Fasnra drwy'r ffenestr wyllo. Dylai'r hylif fod yn glir ac yn ddi-liw i felyn. Gall gynnwys gronynnau gwyn bach.

Peidiwch â chwistrellu Fasnra os yw'r hylif yn gymylog, wedi'i afliwio, neu'n cynnwys gronynnau mawr.

Efallai y byddwch chi'n gweld swigodyn aer bach yn yr hylif. Mae hyn yn normal. Nid oes angen i chi wneud dim byd amdano.



Cam 4 - Dewiswch y safle pigiad

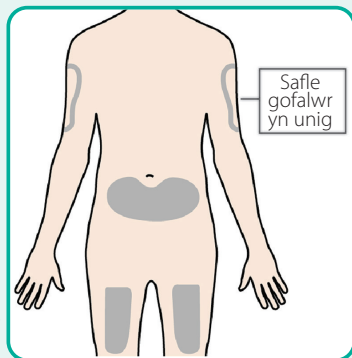
Y safle pigiad a argymhellir yw blaen eich clun. Gallwch hefyd ddefnyddio rhan isaf eich abdomen.

Peidiwch â chwistrellu:

- i'r ardal 5 cm o amgylch eich botwm bol
- lle mae'r croen yn dyner, wedi'i gleisio, yn gennog neu'n galed
- i mewn i greithiau neu groen sydd wedi'i ddifrodi
- trwy ddillad

Gall gofalwr eich roi pigiad i chi yn rhan uchaf y fraich, y glun, neu'r abdomen. **Peidiwch â** cheisio rhoi pigiad i chi'ch hun yn y fraich.

Ar gyfer pob pigiad, dewiswch safle gwahanol sydd o leiaf 3 cm i ffwrdd o'r man lle gwnaethoch chi roi'r pigiad diwethaf.



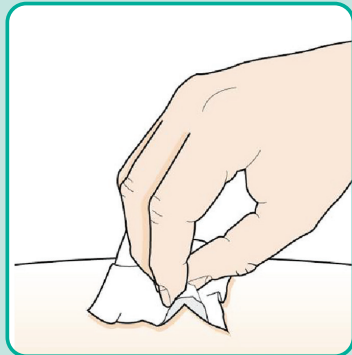
Cam 5 - Glanhewch safle'r pigiad

Golchwch eich dwylo'n dda gyda sebon a dŵr.

Glanhewch safle'r pigiad gyda chadach alcohol mewn symudiad crwn. Gadewch iddo sychu yn yr awyr.

Peidiwch â chyffwrdd â'r ardal wedi'i glanhau cyn rhoi'r pigiad.

Peidiwch â ffanio na chwythu ar yr ardal sydd wedi'i glanhau.



Cam 6 - Tynnwch y cap i ffwrdd

Daliwch y Pen Fasnra gydag 1 llaw. Tynnwch y cap yn syth i ffwrdd yn ofalus gyda'ch llaw arall.

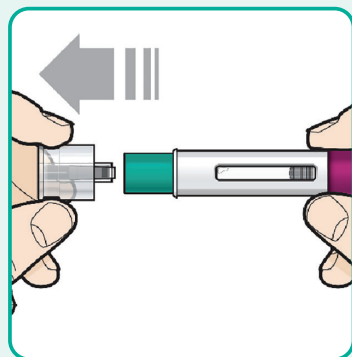
Rhowch y cap o'r neilltu i'w daflu yn ddiweddarach.

Mae'r gwarchod nodwydd gwyrdd bellach wedi'i amlygu. Mae yno i'ch atal rhag cyffwrdd â'r nodwydd.

Peidiwch â cheisio cyffwrdd â'r nodwydd na gwrthio ar y gwarchodwr nodwydd â'ch bys.

Peidiwch â cheisio rhoi'r cap yn ôl ar y Pen Fasnra. Gallech achosi i'r pigiad ddigwydd yn rhy fuan neu niweidio'r nodwydd.

Cwblhewch y camau canlynol ar unwaith ar ôl tynnu'r cap.



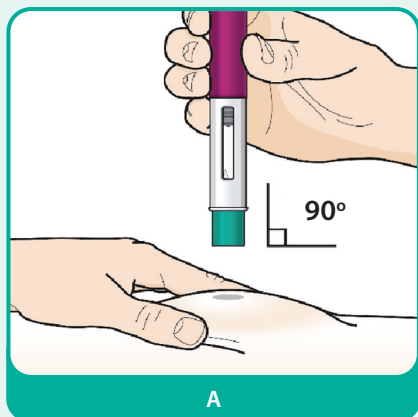
Cam 7 - Rhoi'r Pigiad Fasenra

Dilynwch gyfarwyddiadau eich darparwr gofal iechyd ar sut i roi pigiad. Gallwch naill ai binsio'n ysgafn ar safle'r pigiad neu roi'r pigiad heb binsio'r croen.

Rhowch y pigiad Fasenra drwy ddilyn y camau yn ffigurau **a, b, c a d**.

Daliwch y Pen Fasenra yn ei le am y pigiad cyfan.

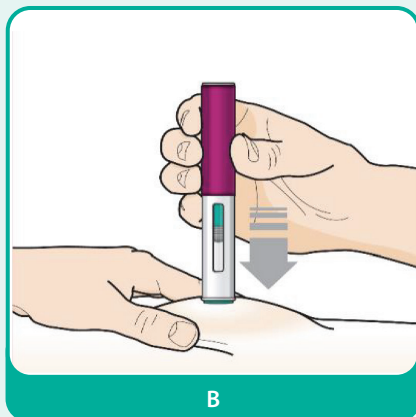
Peidiwch â newid safle'r Pen Fasenra ar ôl i'r pigiad ddechrau.



Gosodwch y Pen Fasenra yn safle'r pigiad.

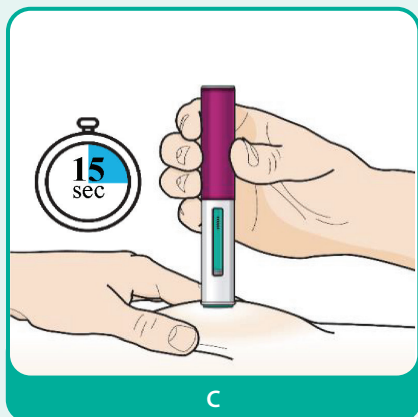
Rhowch warchodwr nodwydd y Pen Fasenra yn fflat yn erbyn eich croen (ongl 90 gradd).

Gwnewch yn siŵr eich bod chi'n gallu gweld y ffenestr wyllo



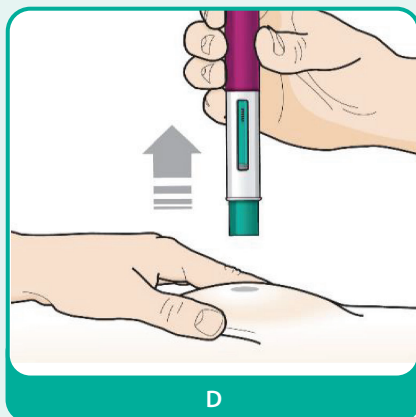
Pwyswch i lawr yn gadarn.

Fe glywch chi glic. Mae '**cllic**' yn dweud wrthyfch fod y pigiad wedi dechrau. Bydd y gwthiwr gwyrdd yn symud i lawr yn y ffenestr wyllo yn ystod y pigiad.



Daliwch i lawr yn gadarn am 15 eiliad.

Fe glywch chi ail '**cllic**'. Mae'r ail glic yn dweud wrthyfch fod y pigiad wedi gorffen. Bydd y gwthiwr gwyrdd yn llenwi'r ffenestr wyllo.



Codwch y Pen Fasenra yn syth i fyny.

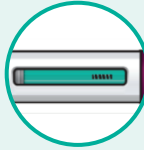
Bydd y gwarchodwr nodwydd yn llithro i lawr ac yn cloi yn ei le dros y nodwydd.

Cam 8 - Gwiriwch y ffenestr wyllo

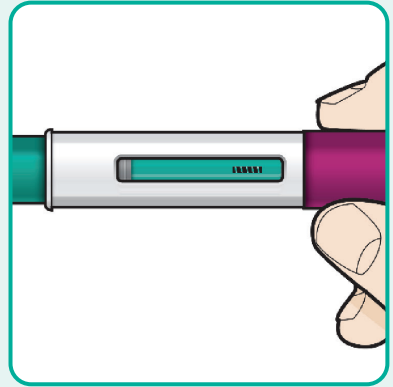
Gwiriwch y ffenestr wyllo i wneud yn siŵr bod yr holl hylif wedi'i roi yn y pigiad.

Os nad yw'r gwrthiwr gwyrdd yn llenwi'r ffenestr wyllo, efallai nad ydych wedi derbyn y dos llawn. Os bydd hyn yn digwydd neu os oes gennych unrhyw bryderon eraill, ffoniwch eich darparwr gofal iechyd.

Cyn y
Pigiad



Ar ôl y
Pigiad



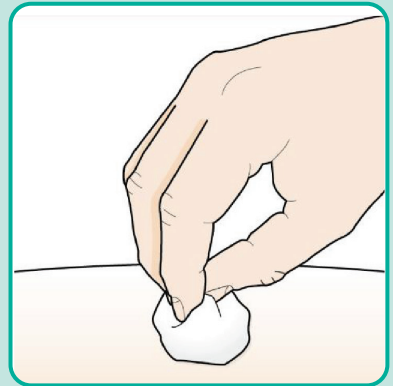
Cam 9 - Gwiriwch safle'r pigiad

Efallai y bydd ychydig bach o waed neu hylif lle gwnaethoch chi roi'r pigiad. Mae hyn yn normal.

Pwyswch yn ysgafn ar eich croen gyda phêl gotwm neu liain rhwylllog nes bod y gwaedu'n stopio.

Peidiwch â rhwbio'r safle pigiad.

Os oes angen, gorchuddiwch safle'r pigiad gyda rhwymyn bach.



Gweler Cam 10 – Gwaredu'r Pen

Fasenna a ddefnyddiwyd yn ddiogel

- Mae pob Pen Fasenna yn cynnwys un dos o Fasenna ac **ni ellir ei aildefnyddio**.
- Rhowch eich Pen Fasenna a ddefnyddiwyd mewn **cynhwysydd eitemau miniog** sy'n gwrthsefyll tyllu yn syth ar ôl ei ddefnyddio.

Peidiwch â thafu'r Pen Fasenna yn eich gwastraff cartref.

Taflwch y cap a chyflenwadau eraill a ddefnyddiwyd yn eich gwastraff cartref.



Canllawiau gwaredu

Gwaredwch ar y cynhwysydd llawn yn unol â chyfarwyddyd eich darparwr gofal iechyd neu fferylllydd.

Peidiwch ag ailgylchu eich cynhwysydd eitemau miniog a ddefnyddiwyd.

Eich cynllun triniaeth asthma difrifol

Fasenra® (benralizumab)

Defnyddiwch yr adran hon i gadw golwg ar eich amserlen driniaeth, newidiadau mewn symptomau a'ch cynnydd cyffredinol yn ystod triniaeth gyda Fasenra.

Enw:

Enw'r meddyg/nyrs:

Olrhain pa mor dda mae Fasenra yn gweithio i chi

Er mwyn helpu lleddfu symptomau eich asthma, mae eich meddyg wedi rhagnodi Fasenra.

Llenwch yr adran hon gyda chymorth eich meddyg/nyrs

Rhoddir y driniaeth hon i chi drwy bigiad felly gallai fod yn wahanol i feddyginiaeth asthma arall rydych chi wedi'i defnyddio yn y gorffennol. Mae'r adran hon wedi'i chynllunio i'ch helpu chi drwy gydol eich triniaeth.

Oni bai eich bod wedi cael gwybod yn wahanol, bydd eich triniaeth yn cael ei rhoi bob pedair wythnos am y tri phigiad cyntaf ac yna unwaith bob wyth wythnos. Mae'n bwysig parhau i gymryd unrhyw driniaeth asthma arall (anadlyddion/tabledi) y mae eich meddyg wedi'i rhagnodi i chi.

Cyn pob apwyntiad, cwblhewch y 'Traciwr symptomau' ar dudalennau 15 a 16. Dewch â'r llyfryn hwn gyda chi i bob apwyntiad i helpu eich meddyg neu nyrs i ddeall sut rydych chi'n dod ymlaen â'ch triniaeth.

Wrth i chi ddechrau triniaeth gyda Fasenra, gallai hefyd fod o gymorth i chi nodi eich nodau tymor byr a thymor hir ar dudalen 17, yna gweld faint y gallwch chi eu cyflawni.

Eich cynllun triniaeth asthma

Fasenra

3 pigiad cyntaf bob 4 wythnos, yna bob 8 wythnos wedi hynny

Eich meddyginiaethau dyddiol

Rhestrwch bob un o'ch meddyginiaethau asthma dyddiol yn y rhesi isod:

Meddyginiaeth	Dos dyddiol e.e. nifer yr anadliadau neu'r tabledi

Eich anadlydd glas (os oes gennych chi un)

Efallai eich bod chi'n cymryd mwy neu lai o'ch anadlydd glas yn dibynnu ar symptomau eich asthma, felly ysgrifennwch eich dos diweddaraf:

Meddyginiaeth	Dos e.e. nifer yr anadliadau	Pa mor hir cyn i'r symptomau wella?

Os cewch bwl o asthma, ceisiwch gyngor meddygol ar unwaith, ffoniwch 999 a dilynwch eich cynllun gweithredu asthma personol.

Cadw golwg ar welliannau

Mae'n syniad da nodi'r newidiadau i symptomau eich asthma i helpu eich meddyg neu nyrs olrhain eich cynnydd ar y driniaeth.

Bydd cwblhau'r daflen isod yn rhoi cofnod cywir i chi o sut roeddech chi'n teimlo cyn i chi ddechrau triniaeth gyda Fasenra. Drwy gymharu'r wybodaeth hon â'r cofnodion yn ystod eich triniaeth Fasenra, byddwch yn gallu gweld a yw eich symptomau'n lleddfu ac a ydych chi'n gallu cyflawni gweithgareddau dyddiol yr oeddech chi'n eu cael yn rhy anodd o'r blaen.

Trosolwg o'ch asthma cyn i chi ddechrau Fasenra

Sut fydddech chi'n graddio symptomau eich asthma? O 1-5 lle mae 1 yn 'Dda', 5 yn 'Drwg'	
Pa mor aml mae eich symptomau'n effeithio ar eich cwsg? O 1-5 lle mae 1 yn golygu 'Yn anaml', 5 yn golygu 'Bob nos'	
Sawl gwaith yr wythnos oes angen i chi ddefnyddio eich anadlydd lliniaru?	
Sawl pwl o asthma ydych chi wedi'u cael yn ystod y 6 mis diwethaf?	
Sawl cwrs o dabledi steroid geneuol ydych chi wedi'u cael yn y 6 mis diwethaf?	
Yn ystod y 6 mis diwethaf, sawl gwaith y bu'n rhaid i chi fynd i'r ysbyty oherwydd bod eich asthma wedi gwaethgu?	
Oes gennych chi unrhyw sgil-ffeithiau triniaeth? Oes neu Nac oes	
Os oes , beth ydyn nhw?	
Oes unrhyw weithgareddau dyddiol nad ydych chi'n gallu eu gwneud?	
Os oes , beth ydyn nhw?	

Wrth i'ch triniaeth fynd yn ei blaen, cyfeiriwch yn ôl at y dudalen hon i weld a oes unrhyw beth wedi newid.

Trosolwg o'ch asthma yn ystod triniaeth Fasenra

Rhif pigiad	2 Dyddiad:.....	3 Dyddiad:.....	4 Dyddiad:.....
Ers eich pigiad Fasenra diwethaf:			
Sut fyddech chi'n graddio symptomau eich asthma? O 1-5 lle mae 1 yn 'Dda', 5 yn 'Drwg'			
Pa mor aml mae eich symptomau'n effeithio ar eich cwsgr? O 1-5 lle mae 1 yn golygu 'Yn anaml', 5 yn golygu 'Bob nos'			
Sawl gwaith yr wythnos oes angen i chi ddefnyddio'ch anadlydd lliniaru?			
Sawl pwl o asthma ydych chi wedi'u cael?			
Sawl cwrs o dabledi steroid geneuol ydych chi wedi eu cael?			
Yn ystod y 6 mis diwethaf, sawl gwaith y bu'n rhaid i chi fynd i'r ysbyty oherwydd bod eich asthma wedi gwaethygu?			
Oes gennych chi unrhyw sgil-ffeithiau triniaeth? Oes neu Nac oes			
Os oes , beth ydyn nhw?			
Oes unrhyw weithgareddau dyddiol na allwch chi eu gwneud/y gallwch chi eu gwneud nawr? Oes neu Nac oes			
Os oes , beth ydyn nhw?			

Trosolwg o'ch asthma yn ystod triniaeth Fasenra

Rhif pigiad	5	6	7	8
	Dyddiad:.....	Dyddiad:.....	Dyddiad:.....	Dyddiad:.....
Ers eich pigiad Fasenra diwethaf:				
Sut fydddech chi'n graddio symptomau eich asthma? O 1-5 lle mae 1 yn 'Dda', 5 yn 'Drwg'				
Pa mor aml mae eich symptomau'n effeithio ar eich cwsg? O 1-5 lle mae 1 yn golygu 'Yn anaml', 5 yn golygu 'Bob nos'				
Sawl gwaith yr wythnos oes angen i chi ddefnyddio'ch anadlydd lliniaru?				
Sawl pwl o asthma ydych chi wedi'u cael?				
Sawl cwrs o dabledi steroid geneuol ydych chi wedi'u cael?				
Yn ystod y 6 mis diwethaf, sawl gwaith y bu'n rhaid i chi fynd i'r ysbyty oherwydd bod eich asthma wedi gwaethgu?				
Oes gennych chi unrhyw sgîl-ffeithiau triniaeth?				
Oes neu Nac oes				
Os oes , beth ydyn nhw?				
Oes unrhyw weithgareddau dyddiol na allwch chi eu gwneud/y gallwch chi eu gwneud nawr?				
Oes neu Nac oes				
Os oes , beth ydyn nhw?				

Fy Nodau

Beth hoffech chi ei wneud y mae eich asthma yn eich atal rhag ei wneud?

Pwmpas yr adran hon yw i chi gofnodi eich nodau tymor byr ar ôl dechrau triniaeth Fasenra. Meddylwch am weithgaredd bob dydd rydych chi wedi bod yn ei chael hi'n anodd oherwydd eich asthma, er enghraifft cerdded i'r siopau ar eich pen eich hun.

Fy nodau tymor byr

(Enghreiffiau: cerdded i'r siopau, gwneud rhywfaint o waith o gwmpas y tŷ, sefyll wrth goginio)

.....	
.....	
.....	

Cwblhewch y dudalen hon gyda chymorth eich meddyg/nyrs

Gan feddwl am yr hyn rydych chi wedi'i gyflawni yn ystod y misoedd diwethaf, beth hoffech chi ei gyflawni yn ystod y misoedd nesaf?

Yn yr adran hon, gallwch gofnodi unrhyw weithgareddau mawr yr oeddech wedi'u cael yn anodd eu gwneud neu wedi eu hosgoi o'r blaen oherwydd eich asthma.

Fy nodau hirdymor

(Enghreiffiau: mwynhau penwythnos i ffwrdd, mynd am daith feic fer o amgylch y parc, chwarae gyda fy mhlant/wyrion)

.....	
.....	
.....	

Bob tro y bydd gennych apwyntiad gyda'ch meddyg/nyrs, edrychwch i weld beth rydych chi wedi'i gyflawni a thiciwch ef i ddangos iddyn nhw'r cynnydd rydych chi'n ei wneud.

Gwybodaeth am sgîl-ffeithiau posibl

Fel gyda phob meddyginiaeth, mae'n bosibl y gallech chi brofi rhai sgîl-ffeithiau gyda thriniaeth Fasnra ond ni fydd pawb wedi ei effeithio.

Mae sgîl-ffeithiau cyffredin, a all effeithio ar hyd at 1 o bob 10 o gleifion asthma, yn cynnwys:

- Pen tost
- Pharyngitis (dolor gwddf)
- Twymyn (tymheredd uchel)
- Adwaith yn safle'r pigiad (e.e. poen, cochni, cosi, chwyddo ger lle rhoddwyd y pigiad)

Gall rhai pobl gael adweithiau alergaidd.

Mae'r adweithiau hyn yn gyffredin (gallant effeithio ar hyd at 1 o bob 10 o bobl)

Mae symptomau fel arfer yn cynnwys:

- Llosg danadl
- Brech

Mewn rhai achosion, gall cleifion brofi adwaith alergaidd difrifol o'r enw anaffylaxis. Fodd bynnag, ni ellir pennu'r amllder gan y data sydd ar gael.

Mae symptomau fel arfer yn cynnwys:

- Chwydd yn eich wyneb, tafod, neu geg
- Problemau anadlu
- Llewygu, pendro, teimlo'n benysgafn (oherwydd cwmp mewn pwysedd gwaed)

Ceisiwch sylw meddygol ar unwaith os ydych chi'n meddwl y gallech chi fod yn cael adwaith alergaidd.

Gall adweithiau o'r fath ddigwydd o fewn oriau neu ddyddiau ar ôl y pigiad.

Cyfeiriwch at y Daflen Gwybodaeth i Gleifion ym mhecyn Fasnra am ragor o wybodaeth am sgîl-ffeithiau posibl.

Ble i fynd am gefnogaeth a chynghor

Llenwch hwn gyda chymorth eich meddyg neu nyrs:

Enw'r meddyg/nyrs:

Manylion cyswllt:

Siaradwch â'ch meddyg, nyrs neu fferylllydd os cewch unrhyw sgîl-ffeithiau.

[illegible]

Adrodd am sgil-effeithiau

Os cewch unrhyw sgil-effeithiau siaradwch â'ch meddyg, fferyllydd neu nyrs. Mae hyn yn cynnwys unrhyw sgil-effeithiau posibl nad ydynt wedi'u rhestru yn y daflen pecyn.

Gallwch hefyd roi gwybod am sgil-effeithiau yn uniongyrchol drwy'r Cynllun Cerdyn Melyn yn:
www.mhra.gov.uk/yellowcard

Drwy roi gwybod am sgil-effeithiau gallwch helpu darparu rhagor o wybodaeth am ddiogelwch y feddyginiaeth hon.



Cefnogaeth barhaus ar eich taith driniaeth

**Llinell gymorth i
gleifion:
08004 700329**

Llun-Gwener 8am-6pm | Sad 9am-5pm
Y tu allan i oriau gwaith cysylltwch â'ch meddyg, nyrs neu
fferyllydd, neu mewn argyfwng ffoniwch 999.

Wedi'i gynhyrchu a'i ariannu gan:

