Gwasanaeth Canser Felindre
Velindre Cancer Service

GIG CYMRU NHS WALES | Ymddiriedolaeth GIG Prifysgol Felindre
Velindre University NHS Trust

Gwybodaeth i Gleifion ar gyfer Hunanweinyddu Denosumab

Bydd yr wybodaeth ar y dudalen hon yn eich helpu i roi'r driniaeth denosumab i chi'ch hun yn ddiogel trwy bigiad isgroenol (pigiad o dan y croen).

Bydd hunanweinyddu'r feddyginiaeth yn eich galluogi i gael mwy o ryddid ac i reoli eich triniaeth. Mae'r math hwn o bigiad yn ddiogel iawn ond, efallai y bydd gennych rywfaint o gleisio, cochni neu lwmp bach ar safle'r pigiad.

Gallwch gael mwy o wybodaeth am X-geva denosumab ar wefan Cancer Research UK. Cliciwch ar y ddolen neu sganiwch y cod QR isod.
https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/treatment/drugs/denosumab

Sut mae fy Nhriniaeth yn cael ei Gweinyddu?

Mae'r feddyginiaeth hon (Xgeva denosumab 120 mg) yn bigiad a roddir unwaith bob pedair wythnos (neu bob tri mis yn dibynnu ar bresgripsiwn) o dan y croen (isgroenol) yn eich abdomen neu yn nhop eich coes.

Mae'r driniaeth yn un rydych chi'n rhoi i chi'ch hun mewn chwistrell wedi'i llenwi ymlaen llaw.

Os ydych chi wedi cael y driniaeth hon yn y clinig o'r blaen, byddech wedi'i chael drwy ffiol.

Gall y chwistrell wedi'i llenwi ymlaen llaw gael ei rhoi gan glaf neu roddwr gofal sydd wedi'i hyfforddi mewn technegau rhoi pigiadau gan weithiwr gofal iechyd proffesiynol.

Y tro cyntaf y byddwch yn rhoi'r chwistrell XGEVA® wedi'i llenwi ymlaen llaw i chi'ch hun, byddwch yn cael eich goruchwylio gan weithiwr gofal iechyd proffesiynol.

Bydd aelod o'r tîm yn cysylltu â chi dros y ffôn neu drwy alwad fideo, i'ch cefnogi gyda'ch triniaeth hunanweinyddu gyntaf gartref.

Cyhoeddwyd Mawrth 2025

Ar ôl hynny, byddwn yn cysylltu â chi ar ôl pob dôs i gadarnhau bod y driniaeth wedi cael ei gweinyddu. Mae'n bwysig ein bod yn cofnodi'r wybodaeth hon ar ein systemau clinigol.

Pwysig: Os oes gennych unrhyw broblemau deintyddol neu os oes gennych boenau newydd yn eich esgyrn, peidiwch â rhoi'r driniaeth a ffoniwch y llinell gymorth driniaeth am gyngor ar 02920 615888.

Rhestr Wirio Cyn Gweinyddu

Gofynnwch y cwestiynau hyn i chi'ch hun cyn paratoi i roi eich pigiad eich hun	
	Os mai "Oes/Do" yw'r ymateb
Unrhyw broblemau deintyddol newydd?	Peidiwch â chymryd denosumab a chysylltwch â'ch tîm oncoleg
Ydych chi wedi cael triniaeth ddeintyddol ymledol yn ystod y 6 wythnos diwethaf (fel echdynnu, sianel y gwreiddyn neu fewnblaniadau deintyddol) neu'n cynllunio unrhyw driniaeth yn ystod yr 8 wythnos nesaf?	
Unrhyw broblemau newydd gyda'ch ceg (symptomau ONJ)	Peidiwch â chymryd denosumab. Ewch i weld eich deintydd ac adroddwch nôl i'r tîm oncoleg ar ôl bod at y deintydd
Ydych chi wedi bod yn derbyn denosumab ers dros 2 flynedd? Os felly, ydych chi wedi profi unrhyw boen newydd neu anarferol yn nhop eich coes neu yn eich clun neu'ch gwerddyr?	Cysylltwch â'r tîm oncoleg am gyngor os oes gennych boenau newydd.

Paratoi i roi eich pigiadau eich hun

Bydd nyrs yn dangos y sgiliau canlynol i chi:

- Paratoi - mae denosumab yn dod mewn chwistrell wedi'i llenwi ymlaen llaw gyda'r nodwydd wedi'i hatodi i'r chwistrell.

- Sut i roi'r pigiad.
- Storio a chael gwared ar y feddyginiaeth a'r offer. Rhaid storio'r pigiadau denosumab yn y bocs pecynnu mewn oergell nes bod eu hangen.

Bydd pob cam o'r broses yn cael ei ddangos i chi. Byddwch chi (neu eich gofalwr) yn cael eich arsylwi gan nyrs sy'n rhoi Denosumab yn ystod eich apwyntiad clinig. Bydd nyrs yn asesu eich bod yn gymwys ac yn ddiogel i wneud hynny yn eich cartref.

Offer

Bydd yr ysbyty yn rhoi'r eitemau canlynol i chi. Mae'n bwysig eu bod nhw gennych chi cyn i chi roi'r pigiad i chi'ch hun.

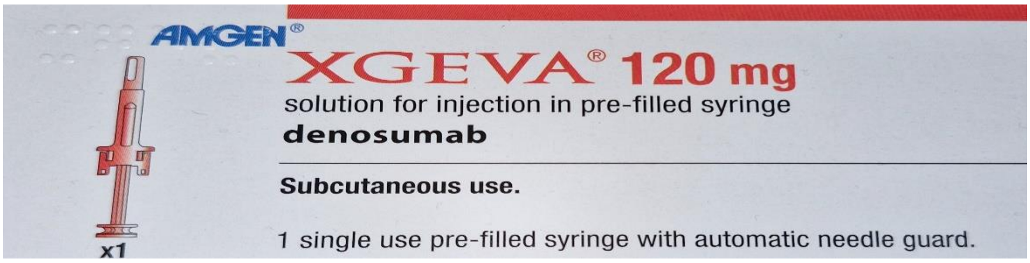
- Presgripsiwn i chi gasglu chwistrell wedi'i llenwi ymlaen llaw o'ch fferyllfa leol
- Bin ar gyfer eitemau miniog
- Bydd menig y gellir eu taflu yn cael eu darparu os oes rhywun arall yn rhoi'r pigiad i chi

Bydd angen arwyneb glân arnoch hefyd, fel bwrdd neu arwyneb gwaith a rhywfaint o rwyll/gwlân cotwm.

Os na allwch gael chwistrellau o'ch fferyllfa gymunedol, cysylltwch â'r Adran Cleifion Allanol (OPD). Bydd y staff yn gofyn am enw'r fferyllfa a'r rheswm dros y broblem, er mwyn helpu i'w datrys.

Paratoi i roi'r pigiad

1. Tynnwch un chwistrell denosumab wedi'i llenwi ymlaen llaw o'r oergell, a gadewch iddi gyrraedd tymheredd ystafell cyn ei chwistrellu. Mae hyn fel arfer yn cymryd 15 i 30 munud, ac yn lleihau unrhyw anghysur o ran cael y pigiad.
2. Gwiriwch y manylion ar label eich meddyginiaeth. Gwnewch yn siŵr bod eich enw ar y label.



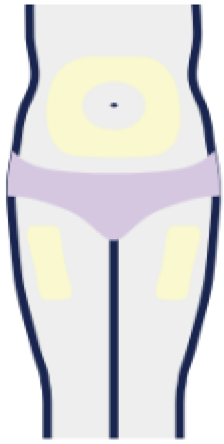
3. Gwiriwch fod cynnwys y chwistrell denosumab yn glir ac nad yw wedi'i afliwio, ac nad yw'r dyddiad dod i ben wedi mynd heibio.
4. Golchwch eich dwylo'n drylwyr gyda sebon a dŵr, a'u sychu.

Rhoi'r pigiad i chi'ch hun

1. Eisteddwch yn gyfforddus.

2. Gwnewch yn siŵr fod gennych rwyllen/gwlân cotwm yn barod rhag ofn i chi waedu ychydig ar ôl y pigiad.

3. Rhaid rhoi'r pigiad yn nhop eich coes neu yn eich abdomen. Peidiwch â chwistrellu denosumab i groen sydd wedi'i gleisio, wedi torri, sy'n goch, sydd wedi chwyddo neu sy'n galed. Dylech osgoi creithiau, olion ymestyn a chroen sy'n dyner. Newidiwch bob yn ail i chwistrellu i ochr chwith a dde eich bol, neu i dop eich coes chwith a dde. Gallai fod yn help cofnodi'r ardal (safle) rydych chi'n eu defnyddio ar gyfer pob pigiad mewn tabl.

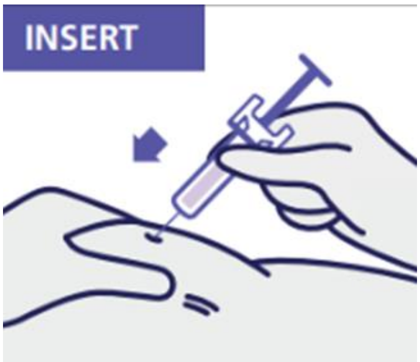


4. Peidiwch â chwistrellu'r feddyginiaeth os ydych chi'n teimlo'n sâl. Cysylltwch â'r llinell gymorth driniaeth am gyngor.

5. Gafaelwch yn y chwistrell a thynnwch gap y nodwydd yn syth i ffwrdd tra'n dal gwaelod y nodwydd, fel petaech chi'n ysgrifennu'ch enw gyda beiro. Dylech dynnu cap y nodwydd dim ond pan allwch chi chwistrellu ar unwaith (o fewn 5 munud), oherwydd gall hyn sychu'r feddyginiaeth. Peidiwch â throi na phlygu cap y nodwydd. Peidiwch byth â rhoi cap y nodwydd yn ôl ymlaen, gan y gallai niweidio'r nodwydd. **Peidiwch** â gadael i unrhyw beth gyffwrdd â'r nodwydd unwaith y bydd cap y

nodwydd yn cael ei dynnu. Peidiwch â cheisio gwthio swigod aer allan o'r chwistrell wedi'i llenwi ymlaen llaw. Mae'n iawn gweld swigod aer. Mae diferyn o feddyginiaeth ar ddiwedd y nodwydd yn normal.

6. Pinsiwch y croen ar y safle rydych chi'n mynd i chwistrellu iddo gyda'ch llaw rydd, a gosodwch y nodwydd ar ongl sgwâr 90 gradd.



7. Pan fydd y nodwydd yn ei lle, gwasgwch y teclyn sugno i lawr nes bod y chwistrell yn wag a bod pen y teclyn sugno yn lefel gyda chlipiau gwarchodwr y nodwydd. Efallai y byddwch chi'n teimlo neu'n clywed 'snap'. **Peidiwch â** thynnu'n ôl ar y teclyn sugno ar unrhyw adeg. **Peidiwch â** thynnu'r nodwydd nes bod yr holl feddyginiaeth wedi'i dosbarthu.

8. Gyda'ch bawd yn dal ar y teclyn sugno, codwch y chwistrell i ffwrdd oddi wrth eich croen. Unwaith y bydd y nodwydd i ffwrdd o'r croen, bydd yn symud i'r gwarchodwr nodwydd pan fyddwch chi'n tynnu'ch bawd oddi ar y teclyn sugno. **Peidiwch** â rhwbio safle'r pigiad.

9. Rhowch rwyllen/gwlân cotwm ar safle'r pigiad a'i orchuddio â phlastr – os oes angen.

10. Taflwch y chwistrell yn y bin eitemau miniog. Pan fydd eich bin eitemau miniog yn llawn, dylech ei ddychwelyd i adran cleifion allanol Felindre i gael un arall. Fel arall, gallwch gael gwared ar y bin eitemau miniog yn eich ysbyty lleol.

Cwestiynau Cyffredin

Sut byddaf yn cael fy mhresgripsiwn nesaf?

Pan fyddwch wedi cael eich gweld yn y clinig, bydd gwerth 3 mis o denosumab yn cael ei ragnodi i chi, 3 pigiad, un ar gyfer pob mis (os ydych yn ei gael bob mis). Dylid casglu'r presgripsiynau hyn o'ch fferyllfa leol. Nid ydynt ar gael i'w casglu o'r fferyllfa ar y safle o fewn Gwasanaethau Canser Felindre.

Beth os byddaf yn anghofio cymryd fy mhigiad ar y dyddiad penodedig?

Nid yw ychydig o ddyddiau naill ochr i'ch dyddiad pigiad arfaethedig yn broblem. Os yw'r oedi'n fwy nag wythnos, ffoniwch yr ystafell driniaeth cleifion allanol drwy'r switsfwrdd am gyngor, sydd ar agor o ddydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30 a 5.30.

A allaf fynd â fy nosau denosumab ar wyliau gyda mi?

Gallwch. Os ydych yn hedfan, holwch y cwmni hedfan. Fel arfer, caniateir i deithwyr gario chwistrelli yng nghaban yr awyren, os oes eu hangen am resymau meddygol. Fodd bynnag, dylai teithwyr gario llythyr meddyg yn cadarnhau hyn.

Sylwch, unwaith y bydd y chwistrell wedi'i llenwi ymlaen llaw wedi'i gadael i gyrraedd tymheredd ystafell (hyd at 25 ° C), peidiwch â'i rhoi yn ôl yn yr oergell, a rhaid ei defnyddio o fewn 30 diwrnod.

Beth os byddaf yn cael anawsterau wrth roi'r driniaeth e.e. problem gyda'r ddyfais?

Rydym bob amser wrth law i ddarparu cyngor ac arweiniad. Mewn achos annhebygol bod problem gyda’r chwistrell, ffoniwch yr ystafell driniaeth cleifion allanol drwy'r switsfwrdd am gyngor, sydd ar agor o ddydd Llun i ddydd Gwener rhwng 8.30 a 5.30.

Beth os na allaf gymryd tabledi calcichew?

Os ydych chi'n cael anawsterau naill ai gyda chael gafael ar eich tabledi calcichew neu’n cael problemau llyncu, cysylltwch â'ch tîm oncoleg am gyngor.

A allaf ddefnyddio'r dos 60 mg o Denosumab (Prolia) ddwywaith yn lle'r dos X-geva 120 mg?

Na, **dim ond** y dos **X-geva 120mg** y dylech ei ddefnyddio.

Beth os ydw i'n cymryd y denosumab o'r oergell ond dim yn ei ddefnyddio?

Ysgrifennwch y dyddiad y cafodd ei dynnu o'r oergell ar y bocs denosumab a'i storio mewn lle oer, tywyll. Dylech ei ddefnyddio o fewn 30 diwrnod.

Gwasanaeth Canser Felindre
Velindre Cancer Service

GIG CYMRU NHS WALES | Ymddiriedolaeth GIG Prifysgol Felindre
Velindre University NHS Trust

Mi fydd aelod o'n tîm yn cysylltu gyda chi ar ôl 4 o'r gloch yr hwyr y tro cyntaf er mwyn eich cefnogi gyda'ch hunan-wasanaeth o'r triniaeth. Tynnwch y triniaeth allan o'r oergell cyn 15:30 ar y tro cyntaf i chi wneud y chwistrelliad adref, er mwyn iddo fod ar y tymheredd iawn erbyn eich galwad o'r nyrs am 16:00. Am y triniaethau dilynol mi fydd aelod o'n tîm yn cysylltu o fewn ychydig ddiwrnodau o'r chwistrelliad i cadarnhau ei fod wedi cael ei weinyddu a bod popeth wedi mynd yn iawn ynglŷn â'r broses.

Cerdyn Cofnod Hunanweinyddu Denosumab

Enw’r claf:

	Dyddiad gweinyddu	Safle (ar y corff)	Rhoddwyd
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			

Gwasanaeth Canser Felindre
Velindre Cancer Service

GIG CYMRU NHS WALES | Ymddiriedolaeth GIG Prifysgol Felindre
Velindre University NHS Trust

Rydym yn gwerthfawrogi eich adborth! Sganiwch y cod QR isod i gwblhau holiadur byr am eich profiad mewn perthynas â hunanweinyddu Denosumab. Bydd eich mewnbwn yn ein helpu i wella'r gwasanaeth. Sylwch na ddylid defnyddio'r ffurflen ar gyfer ymholiadau clinigol.