P-05-763 Diweddaru'r cyngor a roddir ynghylch strôc - B.E.F.A.S.T. - a helpu i achub bywydau a bywoliaethau

Cyflwynwyd y ddeiseb hon gan Phillip Easton, ar ôl casglu 105 o lofnodion ar-lein.

Geiriad y ddeiseb:
Rydym ni, sydd wedi llofnodi isod, yn gofyn i Gynulliad Cymru adolygu'r cyngor a roddir ynghylch strôc gan weithwyr gofal iechyd proffesiynol ac mewn llenyddiaeth marchnata. Ar hyn o bryd, mae hyn wedi'i seilio ar ganllawiau FAST (Face, Arms, Speech, Time) - sy'n annog pobl i ystyried yr wyneb, y breichiau, y lleferydd ac amser. Gall strôc effeithio ar rannau o'r ymennydd nad ydynt yn gyfrifol am unrhyw un o'r swyddogaethau hynny, felly dylid hefyd ystyried cydbwysedd a llygaid (Balance, Eyes) i unioni hynny.

Daeth yr anaf i fy ymennydd i, a ddangosodd fy mod wedi cael strôc cerebelar, i'r amlwg yn ddamweiniol pan gefais MRI am reswm arall. Roedd hyn yn egluro'r fertigo sydyn a ddaeth drosof dros flwyddyn ynghynt. Pe bai'r gweithwyr meddygol proffesiynol amrywiol a welais bryd hynny wedi sylweddoli mai dyna oedd yn bod, gallwn fod wedi cael triniaeth ar gyfer strôc yn syth ac mae'n bosibl na fyddai fy ymennydd wedi'i niweidio i'r fath raddau. Pe bawn i, fel aelod o'r cyhoedd, yn gwybod am BEFAST, byddwn wedi deall pa mor beryglus oedd fy symptomau. Mae Prifysgol Stanford wedi bod yn ein cynghori i ddefnyddio canllawiau BEFAST ers blynyddoedd: http://scopeblog.stanford.edu/2014/05/02/be-fast-learn-to-recognize-the-signs-of-stroke/

Gwybodaeth ychwanegol:
Fy stori bersonol i yw fy mod yn byw ar fy mhen fy hun, a chefais bwl sydyn o fertigo drwg ddechrau mis Rhagfyr 2015. Bûm yn fy ngwely am dri diwrnod cyfan ac nid oeddwn yn gallu symud i fwyta, yfed nac i wneud unrhyw beth arall. Pe bawn i'n gwybod bod posibilrwydd fy mod wedi cael strôc, buaswn wedi galw am ambiwlans ar unwaith. Ar ôl gwella'n ddigonol, es i'n ôl i weithio ond wythnos yn ddiweddarach, cefais bwl arall o fertigo, a hynny'n gyhoeddus - a ffoniodd rhywun am ambiwlans. Daeth y pwl hwn i ben yn gynt y tro hwn ond bu'r parafeddyg gyda mi am awr cyn trefnu apwyntiad i mi weld fy meddyg y noson honno. Pan es i weld fy meddyg yn yr ysbyty, lle'r oedd yn gweithio ar y pryd, cefais bwl arall o fertigo, ac ni fu modd i mi

weithio o gwbl am fis o leiaf ar ôl hynny. Ar ôl mynd i weld y meddyg droeon dros y tri mis nesaf, cefais fy nghyfeirio yn y diwedd i'r adran ENT er mwyn trin fy fertigo, gan nad oedd fy symptomau'n diflannu fel roedd pawb wedi gobeithio. Ddiwedd mis Ionawr 2107, cefais MRI o'r diwedd i geisio darganfod y rheswm dros y boen barhaus yn fy nghlust. O ganlyniad, gwelwyd fy mod wedi cael strôc. Cefais wybod ar 14 Chwefror 2017, dros 15 mis ar ôl i fy symptomau cyntaf ymddangos.
Nid wyf yn gallu gweithio'n llawn amser, ac rwyf yn dal i gael profion i geisio deall ay rhesymau dros y strôc. Mae'n bosibl mai TIAs oedd y digwyddiadau cyntaf ac mai dim ond y strôc lawn olaf achosodd y niwed parhaol – ar ôl i'r parafeddyg fy ngweld. Mae'n amhosibl gwybod yn bendant a fyddwn wedi gallu osgoi'r problemau hyn pe bai fy nghyflwr wedi'i ddarganfod ynghynt – hyd yn oed pe bawn i wedi dechrau cymryd asprin bob dydd i deneuo'r gwaed (sef y cyngor a roddir os oes amheuaeth bod rhywun wedi cael TIA). Ni chefais y cyngor hwnnw, ac fe wyddom fod fy ymennydd wedi'i niweidio.

Diolch i chi am roi sylw i'r mater hwn.

Etholaeth a Rhanbarth y Cynulliad

- Cwm Cynon
- Canol De Cymru