



IONAWR IECHYD A LLES

Wythnos Atal Canser Serfigol (Gwddf y groth) Dydd Llun 22 - Dydd Sul 28 Ionawr 2018



Pob blwyddyn yn y Deyrnad Unedig, bydd tua 3,000 o ferched yn derbyn diagnosis o ganser gwddf y groth. Canser gwddf y groth yw'r canser mwyaf cyffredin mewn merched 35 oed ac isod.

Gall merched leihau eu risg o'r afiechyd drwy fynychu sgrinio gwddf y groth pan y'u gwahoddir, gwybod symptomau canser gwddf y groth a cheisio cyngor meddygol os canfyddir rhai ohonynt, cymryd y brechiad HPV os yn 11-18, siarad gyda ffrind a theulu i sicrhau eu bod yn gwybod sut y gallant leihau'r risg a gwybod yn lle i gael cefnogaeth a gwybodaeth.

Bob dydd mae **2** o ferched yn colli eu bywydau i'r afiechyd

Mae **9** o ferched yn derbyn diagnosis o ganser gwddf y groth pob dydd

Gall **75%** o ganserau gwddf y groth gael eu hatal drwy sgrinio gwddf y groth.

Beth yw sgrinio gwddf y groth?

- Gelwir sgrinio gwddf y groth hefyd yn brawf taeniad. Mae'n ffordd o edrych ar gelloedd o wddf y groth (serfics) i ddod o hyd i abnormaleddau a allai ddod yn ganser yn y dyfodol.
- Mae sampl o gelloedd yn cael eu cymryd o wddf y groth gan ddefnyddio brwsh meddal. Mae'r sampl yn cael ei drosglwyddo ar sleid ar gyfer ei archwilio o dan feicrosgop gan sgriniwr. Mae'r rhan fwyaf o gelloedd yn normal, ond bydd tua 1 o bob 12 merch yn cael canlyniad annormal.

Pam ei bod yn bwysig sgrinio?

- Yn 2010, cafwyd 130 diagnosis o ganser gwddf y groth yng Nghymru. Dyma'r ail achos mwyaf cyffredin o ganser mewn merched o dan 40.
- Gall sgrinio canser ceg o groth dorri'r risg o gael canser gwddf y groth o 75%. Gall sgrinio godi celloedd annormal a gellir trin y rhain i atal canser rhag datblygu.
- Nid yw sgrinio yn brawf ar gyfer canser, ond weithiau mae sgrinio yn canfod canserau unigol. Mae canserau a ganfyddir yn gynnar yn haws i'w trin.
- Gwahoddir merched o 25 oed ymlaen i gael eu sgrinio pob tair blynedd.
- Mae hyn yn ddiweddar wedi newid o 20 mlynedd i 25 mlynedd o ganlyniad i gyflwyno'r rhaglen frechu HPV (Firws papiloma dynol).

- Cyflwynwyd y rhaglen yng Nghymru yn 2008, ac mae pob merch oed 12-13 (blwyddyn ysgol 8) yn cael cynnig y brechiad. Nod y rhaglen yw lleihau'r nifer o achosion o ganser gwddf y groth yn y dyfodol o hyd at 70%. Golyga hyn y gallai brechiad atal 7 allan o bob 10 achos o ganser gwddf y groth. Fodd bynnag, mae'n bosib datblygu abnormaleddau er gwaethaf bod wedi cael y frechiad. Mae merched a frechwyd o hyd yn cael eu cynghori i gael eu profion taeniad pan y'u gwahoddir.
- Gwahoddir merched rhwng 50 a 64 pob pum mlynedd.

Beth fedrwyd chi wneud:

- Mynd am eich prawf taeniad pob tro y cewch eich gwahodd, hyn yn oed os bu eich canlyniadau blaenorol yn normal. Dylai gwyr/partneriaid annog eu cymar i fynychu.
- Hyd yn oed os y cawsoch eich brechlyn HPV byddwch o hyd angen mynd am eich prawf taeniad pan y cewch eich gwahodd.
- Rhowch y gorau i ysmegu gan fod ysmegu yn cynyddu eich risg o ganser gwddf y groth.
- Os cewch symptomau megis arllwysiad anarferol o'r wain, poen wrth gael neu wedi cael rhyw neu waedu rhwng eich mislif, ewch at y meddyg hyd yn oed os y cawsoch brawf taeniad arferol.

Mae'r ymgyrch #SmearForSmear gan Jo's Trust yn cael ei gynnal yn ystod yr wythnos Atal Canser Serfigol Dydd Llun 22 - Dydd Sul 28 Ionawr - felly beth am gymryd rhan? Cymrch hunlun #SmearForSmear.

Taenwch eich minlliw, cymrwch lun a'i rannu ar gyfryngau cymdeithasol gyda'r hashnod #SmearForSmear!



Nid yn unig Sgrinio Serfigol sydd ar gael yng Nghymru -

Oeddech chi'n gwybod fod yna saith rhaglen sgrinio cenedlaethol arall ar gael?

Mam a Babi	
Sgrinio Cyn Geni	Profion gwaed ac uwchsain i'r fam
Sgrinio smotyn gwaed newydd-anedig	Cymryd gwaed o sawdl babi 5 dydd oed
Sgrinio clyw newydd-anedig	Babanod 0 i 2 wythnos
Merched	
Sgrinio serfigol	Prawf taeniad - Oed 25 i 64
Sgrinio'r Fron	Pelydr x - Oed 50 i 70 (dros 70 os y gofynnwch)
Dynion	
Uwchsain unwaith ac am byth sgrinio anewrysm aortig abdomenol	Oed 65 (dros 65 os y gofynnwch)
Dynion a Merched	
Cit prawf cartref y perfeddion	Oedran 60 i 74
Unrhyw un sy'n dioddef o'r clefyd siwgr	
Prawf llygaid sgrinio y clefyd siwgr	Unrhyw un dros 12

Mae gwybodaeth bellach ar yr uchod ar gael yn y [Screening for Life - Information Booklet](#)

Neu are eu gwefan www.screeningforlife.wales.nhs.uk