

Oedolion hŷn â spina bifida – Gwybodaeth i Feddygon Teulu Cyflwyniad



Mae spina bifida yn anhwylder datblygiadol o fadruddyn y cefn a'r ymennydd, sydd fel arfer yn arwain at golli peth gweithrediad niwrolegol o dan y nam. Mae pledren a choluddyn niwropathig, llai o symudedd a theimlad yn y croen yn cael eu gweld yn aml, ynghyd â nam gwybyddol bach ond arwyddocaol sy'n gysylltiedig â hydroseffalws.

Fel cyflwr sefydlog, mae spina bifida yn aml wedi cael ei ystyried yn anhwylder paediatreg, gyda mewnbwn eithaf dwys yn ystod plentyndod, ond ychydig iawn o ddilyn i fyny neu fonitro ar ôl trosglwyddo i wasanaethau oedolion.

Fodd bynnag, erbyn hyn mae gennym niferoedd sylweddol o aelodau â spina bifida yn y grŵp dros 50 oed sy'n wynebu llawer o broblemau iechyd y gellid fod wedi'u hadnabod a'u trin yn gynharach, pe byddai gwiriadau iechyd rheolaidd wedi cael eu gwneud dros y degawdau. At hynny, mae llawer o oedolion â spina bifida yn adrodd am ddirywiad mewn symudedd sy'n gysylltiedig â Madruddyn Clwm, newidiadau o ran crydcymalau i'r gwddf a'r ysgwyddau ac ati, sy'n andwyol i'w hansawdd bywyd a'u hannibyniaeth. Rydym wedi cynhyrchu'r wybodaeth hon i Feddygon Teulu yr ydym yn gobeithio y bydd o fudd wrth reoli a monitro eich claf, er mwyn gallu adnabod a thrin problemau cyffredin yn gynnar.

Y llwybr wrinol

Gwelir pledren a choluddyn niwropathig yn oddeutu 90% o bobl â spina bifida aperta, ac oddeutu 50% o bobl â spina bifida occulta arwyddocaol. Gall detrusor sphincter dyssynergia arwain at bwysedd storio uchel yr wrin, adliffiad wreteraidd, diffyg gwagio'n llwyr (yn arwain at heintiadau'r llwybr wrinol), a allai arwain at fethiant yr arennau, yn ogystal â symptomau gofidus fel amllder, brys ac anymataliaeth o ran wrin. Gallai cleifion yn eu 40au nad ydynt wedi cael eu dilyn i fyny ers blynyddoedd fod wedi datblygu pledren atonic ac yn dueddol o gael heintiadau'r llwybr wrinol.

Dylai gwiriad pwysau gwaed blynyddol, cyfrif gwaed cyflawn, gyda wrea a chreatinin, a sganiau o'r arennau bob dwy flynedd adnabod nam yng ngweithrediad yr arennau, a dylai prawf uwchsain o'r llwybr wrinol bob dwy flynedd adnabod newidiadau mewn cynhwysedd a gweddillion ar ôl gwagio.

Gellir trin detrusor hyper-reflexia gyda gwrth-myscarinics, tocsin botulinum, a gwagio anghyflawn drwy gathetereiddio glân ysbeidiol. Byddai cleifion sy'n adrodd am symptomau niwropathig arwyddocaol yn elwa o gael eu cyfeirio at Wrolegydd gyda diddordeb arbennig mewn problemau niwropathig i drafod opsiynau fferyllol neu lawfeddygol, ac i ddysgu hunan gathetereiddio ysbeidiol.

Coluddyn

Mae rhwymedd yn gyffredin mewn oedolion â spina bifida, o ganlyniad i golli teimlad yn y rectwm,

W: shinecharity.org.uk • E: Wales@shinecharity.org.uk • T: 07789 616416



SHINE – Spina bifida • Hydrocephalus • Information • Networking • Equality
Shine, 42 Park Road, Peterborough, PE1 2UQ
www.shinecharity.org.uk • firstcontact@shinecharity.org.uk • 01733 555988
Registered Charity No. 249338 • VAT number 135 6056 23



a nam yn nerfau llawr y pelfis. Fodd bynnag, efallai bydd angen cwestiynu cleifion yn ofalus am amllder ac ansawdd yr ysgarthion, gan gyfeirio ar siart Bristol, gan y gall gorlwytho ar hyd ei oes arwain at y claf yn ystyried rhwymedd fel y norm.

Gallai gorlifo o ganlyniad i gywasgiad gael ei adrodd i chi fel dolur rhydd parhaus, gan y bydd anymataliaeth o hylif ysgarthion yn achosi mwy o broblemau rheoli i'r claf na'i gyflwr rhwym. Efallai na fydd archwiliad y rectwm yn dangos cywasgiad, ac efallai bydd angen pelydr X/uwchsain o'r abdomen.

Weithiau mae amharodrwydd i gymryd carthyddion, rhag ofn y bydd yr anymataliaeth yn cynyddu, er mai dros dro fydd hyn, a bydd angen egluro'n ofalus i'r claf yr angen i glirio ysgarthion rhwym i atal gorlifo, a gwiriadau ynghylch pa gefnogaeth sydd yn ei lle neu sydd ei hangen i gefnogi defnyddio'r tŷ bach a glanhau, a.y.b.

Gallai dyfrhau'r anws fod yn opsiwn, a gellid cyfeirio at y gwasanaeth colorectal ar gyfer asesiad a dysgu'r dull hwn.

Iechyd Meinweoedd

Gallai parlys llipa'r coesau, diffyg teimlad a chylchrediad gwael olygu bod person â spina bifida yn fwy tueddol o gael doluriau gwasgu, llid yr isgroen a lymff edema. Oherwydd y diffyg teimlad, gallai'r problemau hyn ddatblygu'n sylweddol cyn i'r claf geisio cyngor.

Gallai adolygiadau rheolaidd o gleifion â spina bifida gynnwys gwiriadau iechyd meinweoedd. Dylai rheoli doluriau gwasgu gynnwys ymdrechion i adnabod y ffactorau sy'n eu hachosi, ac addysg ar newid osgo'r corff yn ystod y dydd yn ogystal â gorchudd addas.

Gall lymff edema arwain at gollu annibyniaeth, a gall ei reoli'n weithredol gyda hosanau tynn graddedig fod yn effeithiol iawn. Dylai gofal traed i oedolion â llai o deimlad a chylchrediad fod yn ddelfrydol yr un peth a gynigir i gleifion diabetig.

Symudedd

Mae rhai oedolion gyda namau isel yn adrodd am lai o symudedd o'u tridegau. Gallai Madruddyn Clwm fod yn ffactor, ac weithiau mae modd ei drin gyda llawdriniaeth.

Gall ffisiotherapi hefyd helpu i gynnal osgo da, gwell techneg cadair olwyn ac atal traul ar y gwddf a'r ysgwyddau. Gall y cymhorthion ac orthoteg gywir hefyd gefnogi symudedd. Gall sganiau dwysedd esgyrn hefyd fod yn ddefnyddiol.

Diffyg anadl wrth gysgu

Mewn Clinig Spina Bifida i oedolion, mae llawer o achosion o ddiffyg anadl wrth gysgu rhwystrol wedi'u nodi. Gall cleifion sôn am flinder parhaus neu berfformiad gwybyddol gwael, gyda magu pwysau ac edema. Gallai'r claf elwa o astudiaethau cwsg.

Gordewdra

Gallai llai o drwch o ran cyhyrau yn y coesau a'r cluniau, gyda llai o weithgarwch corfforol, leihau'r gyfradd fetabolaidd waelodol yn sylweddol. Gallai fod angen ar gleifion â spina bifida lai na hanner y calorïau sydd eu hangen ar oedolyn heb spina bifida, ac mae magu pwysau yn gyffredin.

Oedolion hŷn â spina bifida – Gwybodaeth i Feddygon Teulu Cyflwyniad Gofalu amdanoch



Gallai fod angen cefnogaeth barhaus sylweddol er mwyn lleihau'r pwysau.

Ffactorau gwybyddol

Dylai dirywiad mewn gweithrediad gwybyddol arwain at gyfeirio'r claf i lawfeddyg niwrolegol er mwyn archwilio hydroseffalws sy'n gwaethygu, Chiari, neu siynt yn camweithio.

Mae spina bifida yn digwydd yn aml ochr yn ochr â hydroseffalws, a gall fod nam yr wybyddiaeth mewn rhai mannau sy'n ei wneud yn fwy anodd i oedolion ofalu'n ddigonol am eu hiechyd, a chydymffurfio â'u triniaethau.

Gallai materion cof, cymhelliant, arafwch wrth brosesu gwybodaeth a chanfyddiad gwael o amser yn mynd heibio olygu bod problemau'n cael eu codi'n hwyr, a chynlluniau triniaeth nad ydynt yn cael eu deall, eu cofio na'u dilyn, hyd yn oed mewn rhai cleifion sy'n ymddangos ar yr wyneb yn abl iawn. Gall treulio amser yn gwirio dealltwriaeth ac ysgrifennu cyfarwyddiadau i lawr wella cydymffurfiaeth.

Iechyd Meddwl

Mae pryder ac iselder yn cael eu nodi'n fwy aml mewn pobl â spina bifida a hydroseffalws na'r boblogaeth yn gyffredinol. Gall problemau gwybyddol, unigedd, ac anymataliaeth oll effeithio ar les meddyliol. Gall rhai therapiau siarad, fel cwnsela, fod yn llai effeithiol oherwydd ffactorau gwybyddol na therapi ymddygiad gwybyddol neu therapiau dwys eraill.

Mae Shine yn dibynnu ar haelioni a chefnogaeth pobl er mwyn i ni allu helpu ein cleientiaid sy'n dibynnu arnom ni am help a chynghor - pobl â hydroseffalws, spina bifida, eu teuluoedd a'u gofalywr. I roi arian i Shine ewch i www.shinecharity.org.uk neu ffoniwch 01733 555988.

Cynhyrchwyd yr wybodaeth hon gan gynghorwyr meddygol Shine a'i chymeradwyo gan Bwyllgor Ymgynghorol Meddygol Shine o uwch weithwyr meddygol.

Shine – Rhif elusen gofrestrdig 249338

I weld ein hystod lawn o daflenni gwybodaeth a sut i roi arian i Shine ewch i www.shinecharity.org.uk



THE MILLENNIUM STADIUM
CHARITABLE TRUST
YMDIRIEDOLAETH ELUSENNOL
STADIWM Y MILLENIWM

W: shinecharity.org.uk • E: Wales@shinecharity.org.uk • T: 07789 616416



SHINE – Spina bifida • Hydrocephalus • Information • Networking • Equality
Shine, 42 Park Road, Peterborough, PE1 2UQ
www.shinecharity.org.uk • firstcontact@shinecharity.org.uk • 01733 555988
Registered Charity No. 249338 • VAT number 135 6056 23

