

# Haint yr Arennau mewn Oedolion

## Pyeloneffritis mewn Oedolion

Gall haint yr arenau achosi salwch annymunol sydd yn ddifrifol weithiau. Mae triniaeth yn cynnwys gwrthfotigau a phoenladdwyr. Os oedd yr aren yn iach gynt yna rydych yn debyg o adfer yn llwyr. Gall cymhlethdodau ddigwydd mewn rhai achosion fel niwed i'r aren neu haint yn y gwaed (septicemia).

### Beth yw pwrpas y daflen hon?

Mae'r daflen hon yn delio gyda haint yr arenau dwys (digwyddiad sydyn) mewn oedolion yn unig. Y term meddygol am haint arenau dwys yw pyeloneffritis dwys. Mae taflenni ar wahân ar destunau cysylltiol a elwir yn '*Systitis (haint y bledren) mewn Merched*', '*Haint Wrin pan fyddwch yn Feichiog*', '*Haint Wrin mewn Dynion*' a '*Haint Wrin mewn Plant*'. Hefyd, nid yw'r daflen hon yn delio gyda pyeloneffritis cronig (cyflwr ble bydd craith ar yr aren o ganlyniad i heintiau ailadroddus).

### Deall yr arenau a'r llwybr wrinaidd

Mae dwy aren, un ym mhob ochr o'r bol. Maent yn cynhyrchu wrin sy'n draenio i lawr yr wreter i'r bledren. Mae wrin yn cael ei storio yn y bledren a throsglwyddir trwy'r wrethra o dro i dro pan fyddwn yn mynd i'r toiled.

### Beth yw symptomau haint yr arenau?

Mae symptomau fel arfer yn datblygu'n gyflym, dros ychydig oriau, a gall gynnwys:

- Poen yn yr ystlys (ochr y bol dros yr aren)
- Tymheredd uchel (twymyn).
- Teimlo'n sâl (cyfogyd)
- Cyfogi a/neu ddolur rhydd.
- Gwaed yn yr wrin
- Hefyd, mae'n bosibl fod gennych symptomau haint y bledren. Er enghraifft, poen pan fyddwch yn pasio dŵr, ac yn mynd i'r toiled yn aml.

Ni fydd y symptomau i gyd yn datblygu ac weithiau gall haint yr arenau achosi symptomau amwys. Er enghraifft, teimlo'n sâl yn gyffredinol ond yn methu dweud pam.

Mewn pobl hŷn, gall haint yr arenau achosi dryswch. Dyma pam y cynhelir prawf wrin yn aml pan fydd person hŷn yn ddryslyd ac yn ymddangos yn sâl yn gyffredinol.

## Ydw i angen unrhyw brofion?

Mae'n bwysig canfod pa facteriwm (germ) sy'n achosi'r haint. Bydd hyn yn galluogi meddyg i ragnodi'r gwrthfotig cywir. Mae angen sampl dŵr i ganfod y bacteriwm. Efallai mai hwn fydd yr unig brawf fydd ei angen i ferched sydd fel arall yn iach, ond sy'n datblygu systitis sy'n arwain at haint yr arennau. Efallai yr awgrymir profion pellach mewn rhai amgylchiadau. Er enghraifft, os bydd amheuaeth o garreg yn yr arennau neu abnormaledd arennau. Mae profion yn fwy tebyg o gael eu cynghori i ddynton a phlant ac i unrhyw un gyda haint yr arennau parhaus.

## Beth sy'n achosi haint yr arennau?

Gall haint yr arennau ddigwydd ar unrhyw adeg. Mae'n llawer mwy cyffredin mewn merched.

- **Mae'r rhan fwyaf o heintiau'r arennau'n** datblygu fel cymhlethdod o systitis (haint y bledren). Mae bacteria sy'n achosi systitis weithiau'n teithio i heintio aren. Mae'r bacteria fel arfer yn byw yn y coluddyn. Weithiau, bydd yn teithio o'r pen ôl, i fyny'r wrethra i'r bledren ac achosi haint. (Nodyn: Mae systitis yn gyffredin ac nid yw'r rhan fwyaf o bobl gyda systitis yn datblygu haint yr arennau).
- **Mae rhai heintiau'r arennau'n** datblygu heb haint y bledren. Mae hyn weithiau o ganlyniad i broblem yn yr aren. Er enghraifft, byddwch yn fwy tebyg o haint yr arennau os bydd carreg yn yr aren neu aren abnormal.

## Beth yw'r driniaeth ar gyfer haint yr arennau?

- **Bydd gwrthfotigau** fel arfer yn clirio'r haint. Fel arfer, rhagnodir gwrthfotig ar unwaith os bydd amheuaeth o haint yr arennau, hyd yn oed cyn y bydd canlyniad y prawf wrin yn hysbys. Mae rhai bacteria yn gwrthsefyll rhai gwrthfotigau. Felly, weithiau byddwch angen newid gwrthfotigau os bydd prawf wrin yn dangos bacteriwm sy'n gwrthsefyll y gwrthfotig cyntaf. Mae'r gwrthfotigau am 7 – 14 diwrnod, yn dibynnu ar pa un a ddefnyddir.
- **Mae poen laddwyr** fel parasetamol neu ibuprofen yn lleddfu poen ac yn lleihau'r tymheredd uchel (twymyn). Efallai y bydd angen poen laddwyr cryfach os bydd y boen yn fwy difrifol.
- **Yfwch ddigon** i atal dadhydradiad.

Mewn nifer o achosion, nid yw'r haint yn rhy ddifrifol a bydd yn gwella gyda gwrthfotigau. Fodd bynnag, bydd rhai pobl yn mynd i'r ysbyty. Os, er enghraifft:

- Bydd yr haint yn ddifrifol, neu
- Nad yw'n gwella'n gyflym gyda gwrthfotigau, neu
- Rydych yn sâl neu'n fregus fel arall, neu
- Eich bod mewn perygl o ddadhydradu o ganlyniad i lewygu lawer.

Yn yr ysbyty, gellir rhoi gwrthfotigau'n uniongyrchol yn y wythïen ar gyfer effaith mwy uniongyrchol. Os byddwch wedi dadhydradu, efallai y byddwch angen 'drip' hefyd (ble rhoddir hylif yn yr wythïen).

### **A oes unrhyw gymhlethdodau o haint yr arenau?**

Mae'r rhan fwyaf o bobl ag arenau normal yn gwella'n llwyr os rhoddir triniaeth yn brydlon. Mae cymhlethdodau posibl sy'n digwydd mewn nifer bach o achosion yn cynnwys y canlynol:

- Niwed parhaol i'r arenau. Mae hyn yn anghyffredin os bydd gennych aren arferol sydd wedi'i heintio. Fodd bynnag, mae heintiau ailadroddus yr arenau yn gymhlethdod rhai anhwylderau'r arenau a all niweidio'r arenau ymhellach.
- Weithiau, bydd bacteria o haint yr arenau yn cyrraedd y llif gwaed, yn arbennig os bydd unrhyw oedi gyda thriniaeth. Gall hyn achosi septisemia (gwenwyn gwaed). Gall hyn fod yn ddifrifol neu gall hyd yn oed fygwth bywyd.

© EMIS a PIP 2005 Diweddarwyd: Medi 2005 PRODIGY Validated

Adnoddau cynhwysfawr ar gael i gleifion yn <http://www.patient.co.uk/>