A fyddaf yn gallu teimlo Kyleena® yn ystod rhyw?

Ni ddylech chi na'ch partner **deimlo'r Kyleena® yn ystod rhyw**. Cysylltwch â'ch meddyg neu nyrs os ydych chi'n credu eich bod yn ei deimlo.

A yw'n bosibl i'r Kyleena® ddod o'i le?

Mae'n bosibl i'r Kyleena® ddod o'i le, ond mae hyn yn annhebygol o ddigwydd. Os ydych yn teimlo poen neu'n gwaedu'n fwy nag arfer, defnyddiwch ddull arall o atal cenhedlu (fel condom) a threfnwch apwyntiad gyda'ch meddyg neu nyrs.

A allaf i feichiogi tra bo gennyf Kyleena®?

Mae gan Kyleena® gyfradd lwyddo o **dros 99%** ar gyfer pob blwyddyn y'u defnyddir, felly mae'n annhebygol i chi feichiogi tra eich bod yn ei ddefnyddio. Mae rhai merched yn sylwi bod eu mislif yn newid neu'n stopio pan maent yn defnyddio Kyleena®, felly nid yw methu mislif yn golygu eich bod yn feichiog.

Os ydych yn bryderus neu'n dioddef o symptomau beichiogrwydd, fel teimlo'n sâl, wedi blino neu fronnau poenus, yna mae'n syniad i chi fynd at eich meddyg neu nyrs cyn gynted â phosibl.

Os ydych yn beichiogi tra'r ydych yn defnyddio Kyleena®, mae'n bosibl i'r beichiogrwydd ddatblygu y tu allan i'r groth; gelwir hyn yn feichiogrwydd ectopig. Dyma rai symptomau nodweddiadol beichiogrwydd ectopig:

- **methu mislif ac yna gwaedu neu boen parhaus**
- **poen difrifol neu gyson yn rhan isaf eich abdomen**
- **symptomau arferol beichiogrwydd, fel teimlo'n sâl ac wedi blino, ond yn gwaedu ac yn benysgafn hefyd**
- **prawf beichiogrwydd positif**

Allaf i roi'r gorau i ddefnyddio Kyleena®?

Gall arbenigwr gofal iechyd dynnu Kyleena® ac mae modd i chi **ddewis rhoi'r gorau i ddefnyddio Kyleena® ar unrhyw bryd**. Siaradwch gyda'ch meddyg neu nyrs ac fe ânt ati i drefnu apwyntiad i'w dynnu.

A fydd Kyleena® yn effeithio ar fy ffrwythlonder?

Ar ôl tynnu'r Kyleena®, **bydd eich ffrwythlonder yn dychwelyd i'w lefel arferol**.

A yw Kyleena® yn gallu achosi unrhyw sgil-effeithiau?

Yn debyg i ddulliau hormonaidd eraill o atal cenhedlu sy'n cynnwys progestin, gall Kyleena® achosi sgil-effeithiau ymhlith rhai merched, fel cur pen, poen abdominal/pelfig, acne/croen olewog, newidiadau mewn patrymau gwaedu, coden ar yr ofari, llidio'r organau cenhedlol allanol a'r wain.[3] Ceir y manylion llawn am hyn yn y pamffled a ddaw ym mocs Kyleena® y dylai eich meddyg neu nyrs ei roi i chi.

Os ydych yn dioddef o unrhyw sgil-effeithiau, gofynnwch am gyngor gan eich meddyg, nyrs neu fferyllydd.

Ble allaf gael rhagor o wybodaeth?

Os oes gennych unrhyw ymholiadau ynghylch Kyleena®, siaradwch â'ch meddyg, nyrs neu fferyllydd.

Adrodd sgil-effeithiau

Os byddwch yn cael unrhyw sgil-effeithiau, siaradwch â'ch meddyg, fferyllydd neu nyrs. Mae hyn yn cynnwys unrhyw sgil-effeithiau nad ydynt wedi eu rhestru ar y daflen yn y pecyn. Gallwch hefyd adrodd sgil-effeithiau yn uniongyrchol drwy'r cynllun Cerdyn Melyn yn www.mhra.gov.uk/yellowcard neu chwiliwch am MHRA Yellow Card yn Google Play neu Apple App Store.

Drwy adrodd sgil-effeithiau, gallwch helpu i ddarparu rhagor o wybodaeth am ddiogelwch y feddyginiaeth hon.

Cyfeiriadau:

1. Kyleena® Summary of Product Characteristics
2. NHS. Your Contraception Guide. https://www.nhs.uk/conditions/contraception/ius-intrauterine-system/ [Cyrchwyd mis Mawrth 2023]
3. Kyleena® Patient Information Leaflet

Bayer plc, 400 South Oak Way, Green Park, Reading, Berkshire, RG2 6AD, United Kingdom

PP-KYL-GB-0144 V1.0 | Ebrill 2023

Kyleena®

19.5MG INTRAUTERINE DELIVERY SYSTEM

LEVONORGESTREL

Canllaw i Kyleena®

BAYER

Gan Bayer

Mae'r pamffled hwn wedi'i greu ar gyfer merched sydd wedi'u presgripsiynu â Kyleena® ac mae wedi'i greu gan Bayer. Darllenwch y pamffled gwybodaeth i gleifion sydd wedi'i gynnwys ym mocs eich Kyleena® am y manylion llawn.

Mae'r pamffled hwn wedi'i rannu gyda chi oherwydd eich bod wedi dewis Kyleena®, system fewngroth fach (IUS) sy'n eistedd yn eich croth i atal beichiogrwydd.

Kyleena®:

- **System fewngroth fach sy'n ddull atal cenhedlu gwrthdroadwy hirdymor**
- **Rhyddhau dos isel o hormon**
- **Nid yw'n cynnwys oestrogen**
- **Gellir ei defnyddio pa un ai a ydych wedi cael babi ai peidio**
- **Yn addas i ferched sy'n gymwys o bob oedran ac sydd angen dull atal cenhedlu**

Dyma Kyleena®:

Darn bach, hyblyg o blastig siâp T sy'n eistedd yn eich croth. Ar ôl ei osod, ni ddylai eich bod yn gallu ei deimlo.

Pa mor effeithiol yw Kyleena®?

Mae gan Kyleena® gyfradd lwyddo o dros 99% ar gyfer bob blwyddyn y'u defnyddir, gyda chyfradd methiant o 0.2% yn y flwyddyn gyntaf.[1]

Mae Kyleena® yn darparu dull effeithiol o atal cenhedlu am hyd at 5 mlynedd, ond gallwch ei dynnu yn gynt.

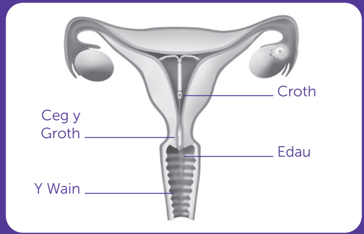
A fyddaf wedi fy niogelu yn syth?

Os caiff Kyleena® ei osod **cyn pen 7 diwrnod o ddechrau eich mislif**, byddwch wedi eich diogelu rhag beichiogrwydd **yn syth bin**.

Sut mae Kyleena® yn gweithio?

Mae Kyleena® yn rhyddhau **dos isel o hormon yn araf**, sef progestin o'r enw levonorgestrel. Gan fod Kyleena® wedi'i osod yn y groth, mae'n gweithio yn union lle mae ei angen a dim ond dosiau isel iawn o hormon fydd yn cyrraedd eich llif gwaed.

Fel arfer, mae ofylu (rhyddhau wŷ o'r ofarïau) yn parhau wrth ddefnyddio Kyleena®.



Mae Kyleena yn atal beichiogrwydd drwy:

- **dewhau mwcws yng ngheg y groth, gan atal sberm rhag mynd drwodd i ffrwythloni ŵy**
- **teneuo leinin y groth, gan ei gwneud hi'n anodd i ŵy lynu wrtho**

A yw Kyleena® yr un fath â'r coil?

Nid yw Kyleena® yr un fath â'r coil copr. Coil hormonaidd ydyw.

Yn wahanol i'r coil copr, sy'n defnyddio copr i atal beichiogrwydd, mae Kyleena® yn atal beichiogrwydd drwy ryddhau dos isel o hormon.

Beth sy'n digwydd wrth osod Kyleena®?

Mae gosod Kyleena® yn cymryd oddeutu 5 munud, ond bydd eich apwyntiad yn hirach na hynny er mwyn i'ch meddyg neu nyrs egluro popeth i chi, sicrhau nad ydych yn feichiog a sicrhau eich bod yn hapus i barhau.

Pan fyddwch yn gyfforddus ac yn barod, caiff Kyleena® ei osod yn y groth gan ddefnyddio tiwb tenau.

Bydd eich meddyg neu nyrs yn eich addysgu chi sut i wirio bod eich Kyleena® yn ei le drwy ddod o hyd i'r edau a'u teimlo.

A ydyw'n boenus?

Mae'n bosibl y byddwch yn teimlo peth boen, penysgafnder, pendro a/neu'n gwaedu wrth ei osod. Gall eich meddyg neu nyrs eich cynghori ar ffyrdd i leihau anesmwythder cyn eich apwyntiad.

Os ydych yn epileptig, rhowch wybod i'r meddyg neu'r nyrs cyn gosod y Kyleena®.

Efallai y byddai'n syniad i chi ddod â phad leinin ysgafn gyda chi rhag ofn y bydd ychydig o waedu ar ôl ei osod.

Ar ôl ei osod yn ei le, **ni ddylai eich bod yn gallu teimlo'r Kyleena®.**

Beth sy'n digwydd wedyn?

Ar ôl ei osod, efallai y teimlwch chi ychydig o boen, yn debyg i grampiau mislif. Wedi dweud hynny, fel arfer mae'n diflannu ymhen ychydig ddyddiau. Os ydych chi'n teimlo poen difrifol neu'n gwaedu'n drwm ar ôl gosod y Kyleena®, neu os yw'r boen/gwaedu yn para'n hirach nag ychydig wythnosau, trefnwch apwyntiad gyda'ch meddyg neu nyrs.

Dylai eich bod yn cael cynnig apwyntiad dilynol 4-6 wythnos ar ôl ei osod i sicrhau bod popeth yn iawn.

Ar ddiwedd y bumed flwyddyn, dylai eich meddyg neu nyrs dynnu'r Kyleena®. Os hoffech barhau i ddefnyddio Kyleena®, mae modd gosod un newydd yn yr un apwyntiad.

A fydd fy mislif yn newid?

Mae pob merch yn wahanol, ond mae Kyleena® yn debygol o effeithio ar eich cylchred mislif, yn enwedig yn ystod y 3-6 mis cyntaf ar ôl ei osod. Gallwch waedu, a gall hyn gynnwys gwaedu ychydig bach rhwng eich mislif arferol wrth i'r groth addasu i'r Kyleena®.

Fodd bynnag, ychydig fisoedd ar ôl hynny, **efallai y bydd eich mislif yn ysgafnhau, yn para am lai o amser, neu'n stopio yn gyfan gwbl**. Mae hyn yn normal.

A gaf i barhau i ddefnyddio tamponau?

Cewch, gan fod Kyleena wedi'i osod yn y groth yn hytrach na'r wain, cewch barhau i ddefnyddio tamponau. Dylech fod yn ofalus wrth eu newid rhag i chi dynnu ar edau'r Kyleena®. Argymhellir chi i ddefnyddio padiau mislif.