

# Gwendid cynyddol, di-boen. Allai hyn fod yn Glefyd Motor Niwron?

## 1. Oes gan y claf un neu fwy o'r symptomau hyn?

### Nodweddion bwlbaidd

dysarthria

- lleferydd aneglur neu dawel, yn aml pan yn flinedig

dysffagia

- hylifau a/neu fwyd soled
- poer gormodol
- teimlad tagu yn enwedig wrth orwedd yn wastad
- ffasgelliadau'r dafod

### Nodweddion aelodau

- gwendid ffocal
- cwympto/baglu – wrth i'r droed ddisgyn
- bod yn llai deheuig
- cyhyrau'n gwanhau
- cyhyrau'n plycio (ffasgelliadau)
- clymau chwithig
- dim nodweddion synhwyrdd

### Nodweddion anadlol

- symptomau anadlol anodd eu hesbonio
- diffyg anadl wrth ymdrechu
- eithriadol o gysglyd yn ystod y dydd
- lludded
- cur pen yn gynnar yn y bore
- orthopnoea

### Nodweddion gwybyddol

- newid mewn ymddygiad
- ansefydlogrwydd emosiynol (heb fod yn gysylltiedig â dementia)
- dementia blaen yr arlais (yn effeithio ar 15%)

## 2. A oes cynnydd?

### Ffactorau sy'n cefnogi ✓

- nodweddion anghymesurol
- oedran (gall MND ymddangos ar unrhyw oed)
- hanes teuluol positif o MND neu glefyd niwroddirywiol arall.

### Heb gefnogi diagnosis o MND ✗

- ymwneud â'r bledren / y coluddyn
- symptomau synhwyrdd amlwg
- golwg ddwbl / ptosis
- symptomau'n gwella.

Os oes un neu fwy o symptomau (adran 1) gyda chynnydd (adran 2) yn bresennol, ystyriwch MND a chyfeiriwch at niwroleg. Os amheuir MND, dywedwch hyn yn glir yn y llythyr cyfeirio. Mae oedi'n digwydd yn aml oherwydd i bobl gael eu cyfeirio at wasanaethau ENT neu orthopaedig.

Nodweddion bwlbaidd	Nodweddion aelodau
<p><b>Mae 25% o gleifion yn dod gyda symptomau bwlbaidd.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– dysarthria</li> <li>– lleferydd tawel, cryg neu wedi newid</li> <li>– lleferydd aneglur yn aml pan fyddwch yn flinedig</li> <li>– dysffagia, yn aml hylifau yn gyntaf yna solidau, gyda theimladau cynnar o ddal yn y gwddf neu dagu wrth yfed yn gyflym</li> <li>– poer gormodol</li> <li>– ymdeimlad o dagu wrth orwedd ar wastad y cefn</li> <li>– peswch gwan, heb i'r claf sylwi yn aml</li> </ul> <p>Dysarthria cynyddol di-boen – ystyriwch gyfeirio niwrolegol yn hytrach nag ENT</p>	<p><b>Mae 70% o gleifion yn cyflwyno symptomau aelodau.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– gwendid ffocal – di-boen gyda theimlad wedi'i gadw</li> <li>– gwendid distal</li> <li>– cwympto/baglu – wrth i'r droed ddisgyn</li> <li>– colli deheurwydd, e.e., problemau gyda sipiau neu fotymau</li> <li>– cyhyrau'n gwanhau – dwylo ac ysgwyddau</li> <li>– Yn nodweddiadol anghymesur</li> <li>– cyhyrau'n plycio/ffasgelliadau</li> <li>– clymau chwithig</li> </ul>
Nodweddion anadlol	Nodweddion gwybyddol
<p><b>Mae problemau anadlol yn aml yn nodwedd hwyr mewn MND ac yn nodwedd anghyffredin ar y dechrau. Mae cleifion yn dod gyda nodweddion o fethiant anadlol niwrogyhyrol.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– diffyg anadl wrth ymdrechu</li> <li>– cysgadurwydd neu ludedd eithriadol yn ystod y dydd</li> <li>– cur pen yn gynnar yn y bore Mae cleifion yn aml yn disgrifio teimlad 'niwlog' yn y bore, yn araf i fwrw ati neu fel petae ganddynt ben mawr</li> <li>– cwsg nad yw'n eu hadfywio</li> <li>– orthopnoea</li> <li>– heintiau yn aml yn y frest heb esboniad</li> <li>– peswch gwan a sniffian</li> <li>– yn aflonydd a/neu yn chwysu yn y nos</li> </ul> <p>Ystyriwch MND os nad yw ymchwilio i ddiffyg anadl yn cefnogi achos yn ymwneud â'r ysgyfaint neu'r galon.</p>	<p><b>Mae newid gwybyddol yn effeithio ar tua 50%. Mae hyn yn codi i 20% yng nghyfnod olaf y clefyd. Peth prin yw dementia llawn adeg cyflwyno am y tro cyntaf. Mae camweithredu gwybyddol yn cael ei gydnabod fwyfwy, fel y gwelir o'r dystiolaeth ganlynol:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– newid mewn ymddygiad fel difaterwch neu ddiffyg cymhelliant</li> <li>– anhawster gyda thasgau cymhleth</li> <li>– diffyg canolbwytio</li> <li>– ansefydlogrwydd emosiynol (heb fod yn gysylltiedig â dementia)</li> </ul> <p>Gofynnwch yn benodol os oes hanes teuluol o'r nodweddion hyn.</p>

Mae gwybodaeth ac adnoddau pellach ar gael ar [mndassociation.org/gp](http://mndassociation.org/gp)