

Canllaw i gleifion sydd â phresgripsiwn am DuoResp Spiromax[®]

budesonide/formoterol



**DuoResp[®]
Spiromax[®]**

budesonide/formoterol

Pam ydw i wedi cael presgripsiwn am DuoResp Spiromax?

Mae DuoResp Spiromax yn foddion mewnanadlu a ddefnyddir i drin asthma a chlefyd rhwystrol cronig y llwybr anadlu (COPD). Mae eich meddyg wedi rhoi presgripsiwn i chi amdano i helpu rheoli eich asthma neu COPD, ac i helpu atal y symptomau rhag bod yn rhwystr i'ch bywyd bob dydd.

Mae'n bwysig iawn cadw at y ddos a ragnodwyd i chi, hyd yn oed os ydych yn teimlo'n well. Ni fydd eich moddion yn gweithio oni bai eich bod yn ei ddefnyddio'n unol â chyfarwyddiadau eich meddyg. Dylech, yn ogystal, gadw eich mewnanadlydd lliniaru wrth law os oes gennych un ar wahân, a pharhau i'w ddefnyddio fel y rhagnodwyd.

Sut i ddefnyddio eich mewnanadlydd DuoResp Spiromax



Bydd eich meddyg, nyrs neu fferylllydd yn dangos i chi sut i ddefnyddio eich mewnanadlydd – cofiwch ofyn os oes gennych unrhyw gwestiynau, ond dyma nodyn cyflym i'ch atgoffa:

Pethau defnyddiol i'w gwybod:

- Os ydych yn agor a chau'r caead yn ddamweiniol heb fewnanadlu, peidiwch â phoeni; un ddos yn unig gaiff ei mesur allan bob amser ar gyfer bob pwff, ni waeth sawl gwaith caiff y caead ei agor
- Mae'n ddoeth, fodd bynnag, i beidio ag agor a chau'r caead drwy'r amser heb gymryd dos, oherwydd bob tro rydych chi'n cau'r caead, mae'r dangosydd dos yn cyfrif i lawr hyd yn oed os nad ydych yn mewnanadlu'r ddos. Bydd hynny'n ei gwneud yn fwy anodd i chi wybod pryd mae'r mewnanadlydd yn wag
- Pan fyddwch yn cymryd pwff, gallwch sylwi ar flas sydd damaid yn felys. Peidiwch â phoeni, dim ond y lactos yn y moddion yw'r blas hwn



Agorwch y caead

Yn gyntaf, daliwch y mewnanadlydd i fyny'n syth, gyda'r caead ar y gwaelod. Wedyn, agorwch y caead – dylech glywed clic uchel. Pan fyddwch yn agor y caead, mae'r mecanwaith tu mewn i'r mewnanadlydd yn mesur un ddos yn gywir yn barod i chi ei hanadlu.

Anadlwch allan

Nawr, mae angen i chi wagio'ch ysgyfaint. Anadlwch allan yn araf, mor bell ag sy'n gysurus i chi – ond peidiwch ag anadlu allan trwy eich mewnanadlydd.



Mewnanadlwch y ddos

Gosodwch agorfa'r geg yn ofalus rhwng eich dannedd a chaewch eich gwefusau o'i hamgylch gan sicrhau sêl dynn. Byddwch yn ofalus i beidio â blocio'r awyrellau gyda'ch gwefusau neu'ch bysedd. Nawr anadlwch i mewn trwy eich ceg mor ddwfn ac mor galed ag y gallwch, yna tynnwch y mewnanadlydd o'ch ceg.

Daliwch eich anadl

Daliwch eich anadl am 10 eiliad, neu cyhyd ag sy'n gysurus, yna anadlwch allan yn araf. Cofiwch, peidiwch ag anadlu allan drwy eich mewnanadlydd.



Caewch y caead

Ar ôl i chi orffen, caewch y caead.

Peidiwch ag anghofio casglu mewnanadlydd DuoResp Spiromax newydd cyn i hwn ddirwyn i ben



Mae anadlydd DuoResp Spiromax newydd, llawn yn dal digon o foddion am 120 neu 60 pwff, gan ddibynnu ar ba un a roddwyd ar bresgripsiwn i chi. Mae am faint fydd yn para'n dibynnu ar sawl pwff rydych yn ei ddefnyddio bob dydd.

Mae'r dangosydd dos ar gefn eich mewnanadlydd yn dangos sawl pwff sydd gennych ar ôl, yn fras. Pan rydych ar fin rhedeg allan, ac mae gennych lai nag 20 pwff ar ôl, mae'r niferoedd yn newid i liw coch. Dyma'r adeg pryd mae angen i chi archebu presgripsiwn ailadrodd am fewnanadlydd newydd.



Am fwy o wybodaeth am DuoResp Spiromax, edrychwch ar y daflen tu mewn i'r pecyn.

Sut all DuoResp Spiromax helpu?

Achosir symptomau asthma a COPD gan lid yn y llwybrau awyr. Mae'r tiwbiau bach hyn yn cludo aer i mewn ac allan o'ch ysgyfaint, a phan maen nhw'n llidus, maen nhw'n mynd yn gulach ac weithiau cânt eu rhwystro gan fwcws a fflem. Mae hyn yn ei gwneud yn fwy anodd anadlu'n normal ac mae'n arwain at un neu fwy o brif symptomau asthma a COPD:

- Bod yn fyr eich anadl
- Gwichian
- Peswch
- Tyndra yn y frest

Mae DuoResp Spiromax yn cynnwys dau gynhwysyn gweithredol – budesonide a formoterol:

- Mae budesonide yn helpu i leihau ac atal llid yn y llwybrau awyr
- Mae formoterol yn helpu i agor y llwybrau awyr er mwyn lliniaru symptomau ar unwaith ac yn barhaol

Eich cynllun triniaeth DuoResp Spiromax

Eich dos ragnodedig o DuoResp Spiromax yw:

.....

.....

.....

.....

.....

Gwybodaeth gyswllt
y tîm gofal iechyd:

Meddyg/Nyrs:

.....

Rhif ffôn:

.....

Cyfeiriad:

.....

.....

.....

Eich apwyntiad
nesaf:

Dyddiad:

.....

Amser:

.....

Nodiadau:

.....

.....

.....

Eisiau gwybod mwy am asthma neu COPD?

Gwefannau defnyddiol ar gyfer asthma a COPD

- 🖱 **Asthma UK:**
www.asthma.org.uk
- 🖱 **British Lung Foundation:**
www.blf.org.uk
- 🖱 **Help i roi'r gorau i ysmegu:**
www.nhs.uk/smokefree



Adrodd am sgil effeithiau

Os cewch unrhyw sgîl-effeithiau, siaradwch â'ch meddyg, fferyllydd neu nysr. Mae hyn yn cynnwys unrhyw sgîl-effeithiau posibl na restrir ar daflen y pecyn. Gallwch hefyd riportio sgîl-effeithiau yn uniongyrchol drwy'r Cynllun Cerdyn Melyn yn **www.mhra.gov.uk/yellowcard**.

Drwy riportio sgîl-effeithiau, gallwch helpu i ddarparu mwy o wybodaeth am ddiogelwch y feddyginiaeth hon. Gellir hefyd riportio digwyddiadau niweidiol yn uniongyrchol wrth Teva UK Limited yn **www.tevauk.com**.

Teva UK Limited, Ridings Point, Whistler Drive, Castleford,
West Yorkshire WF10 5HX

Dyddiad Paratoi: Chwefror 2017

Cod cymeradwyaeth: UK/DUO/16/0065t