



METHOTREXATE

Beth yw nodau'r daflen hon?

Ysgrifennwyd y daflen hon i'ch helpu chi i ddeall mwy am methotrexate. Mae'n dweud wrthy'ch beth ydyw, sut mae'n gweithio, sut caiff ei ddefnyddio i drin cyflyrau' croen, a ble gallwch gael mwy o wybodaeth amdano.

Beth yw methotrexate a sut mae'n gweithio?

Mae methotrexate yn gyffur sy'n gweithio drwy arafu celloedd newydd yn cael cynhyrchu gan system imiwnedd y corff. Fe'n defnyddiwyd gyntaf, mewn dosau uchel, i drin canser, ond canfuwyd ei fod yn driniaeth effeithiol ar gyfer clefydau' croen a'r cymalau mewn dosau llai o lawer na'r rhai ar gyfer trin canser. Gall methotrexate leihau llid, ac fel hyn gall helpu trin clefydau cronig. Un o'r effeithiau eraill yw lleihau gweithgarwch y system imiwnedd (system amddiffyn y corff ei hun), felly fe'n defnyddir gyda gofal bob amser.

Pa gyflyrau'r croen sy'n cael eu trin â methotrexate?

Defnyddir methotrexate i drin soriasis, arthritis soriatig, a nifer o fathau eraill o broblemau' croen, gan gynnwys: pemphigoid, pemphigus, sarcoidosis, scleroderma, dermatomyositis ac ecsema.

Am ba mor hir fydd angen i mi gymryd methotrexate cyn iddo ddechrau cael effaith?

Nid yw methotrexate yn gweithio ar unwaith. Gall gymryd 3-12 wythnos cyn i chi sylwi ar unrhyw fudd.

Pa bryd ddylwn i gymryd methotrexate?

Cymerir methotrexate ar ffurf tabled fel arfer **UNWAITH YR WYTHNOS**, ar yr un diwrnod bob wythnos. **Ni ddylid fyth ei gymryd bob dydd.** Cymerir y

tabledi gyda bwyd a dylid eu llyncu gyfan ac nid eu malu naŋ cnoi. Gellir rhoi methotrexate unwaith yr wythnos hefyd drwy chwistrelliad - naill aiŋ isgroenol (chwistrelliad o dan y croen), fel pigiadau inswlin ar gyfer diabetes), neuŋ fewngyhyrol (yn y pen-ôl neuŋ glun).

Y tabledi 2.5 mg ywŋ rhai a argymhellir fwyaf iŋ defnyddio, gan fod hyn yn caniatáu i fod yn hyblyg âŋ dos. Ni ddylid drysu rhyngddynt âŋ tabledi 10 mg, syŋ gallu edrych yn debyg. Dylech fod yn ofalus i sicrhau bod y cryfder iawn wediŋ nodi ar y presgripsiwn aŋ roi gan y fferyllydd. Rhaid i chi wirioŋ dos aŋ cryfder **bob amser cyn** cymryd methotrexate.

Os methwch gymryd methotrexate ar eich diwrnod arferol, gallwch ei gymryd y diwrnod neu ddau canlynol; fodd bynnag, os ydych fwy na thridiauŋ hwyr, osgowch ei gymryd yr wythnos honno. Yn y ddau achos, cymerwch eich dos nesaf ar y diwrnod arferol wythnos nesaf.

Pa ddos ddylwn i gymryd?

Bydd eich meddyg yn eich cynghori yngl n âŋ dos, a dylai roi dos prawf i chi (2.5 i 5 mg fel arfer) 1 wythnos cyn dechrau triniaeth reolaidd. Ar gyfer soriasis difrifol, y dos arferol yw 10-25 mg (weithiau hyd at 30 mg) yn eneuol, unwaith yr wythnos. Dylid addasu hwn yn ôl eich ymateb iŋ driniaeth ac yn ôl sgîl-ffeithiau. Mae rhai cleifion yn cael methotrexate drwy chwistrelliad.

Beth yw sgîl-ffeithiau posibl methotrexate?

Mewn rhai cleifion gall methotrexate achosi cyfog, dolur rhydd neu wlserauŋ geg. Anaml y bydd y sgîl-ffeithiau colli gwallt a brechau yn digwydd gydaŋ dos isel o methotrexate a ddefnyddir i drin soriasis. Gall cymryd methotrexate effeithio ar y cyfrif gwaed (un oŋ effeithiau yw fod llai o gelloedd gwaed yn cael eu cynhyrchu) felly gall hyn eich gwneud yn fwy tebygol o ddatblygu heintiau.

Dylech weld eich meddyg os byddwch yn:

- Datblygu dolur gwddf neu unrhyw haint arall
- Datblygu twymyn
- Datblygu cleisio neu waed heb fod esboniad iddo
- Datblygu unrhyw symptomau newydd ar ôl dechrau methotrexate

Mae asid ffolig yn cael ei argymhell yn aml fel atchwanegyn fitaminau, a gall leihau unrhyw sgîl-ffeithiau. Mae'n arfer yn amrywio, ac mae'n bwysig dilyn argymhelliad eich meddyg.

Os nad ydych wedi cael brech yr ieir, ond eich bod yn dod i gysylltiad â rhywun sydd â brech yr ieir neu'n eryr, neu os datblygwch frech yr ieir neu'n eryr tra'n bod yn cymryd methotrexate, dylech weld eich meddyg **ar unwaith** gan y gall fod angen triniaeth arbennig arnoch.

A oes unrhyw sgîl-ffeithiau eraill os cymerir methotrexate am gyfnod hir?

Mewn achosion prin bydd methotrexate yn achosi llid yr ysgyfaint gyda diffyg anadl. Os collwch eich gwynt, rhaid i chi weld meddyg **ar unwaith**.

Gall methotrexate tymor hir gynyddu risg sirosis yr iau/afu, yn enwedig os oes ffactorau eraill fel yfed alcohol.

Sut fydda i'n cael fy monitro am sgîl-ffeithiau triniaeth methotrexate?

Gan y gall methotrexate effeithio ar y cyfrif gwaed, ac achosi problemau'n iau/afu weithiau, bydd eich meddyg yn trefnu i chi gael profion gwaed rheolaidd tra byddwch yn ei gymryd. **Ni ddylech** gymryd methotrexate oni bai eich bod yn cael y profion gwaed rheolaidd hyn. Fe'n cynhelir yn wythnosol pan fydd y dos yn cael ei newid, ac nid llai aml na bob 2-3 mis pan fydd y dos yn sefydlog.

Gall arwyddion o haint, fel dolur gwddf, wserau'n geg, dolur rhydd a sensitifrwydd i olau, ddangos gormod o methotrexate. Dylid rhoi gwybod am y symptomau hyn ar unwaith, ac ymchwilio iddynt.

Mae effeithiau methotrexate ar yr iau/afu yn cael eu gwirio yn y profion gwaed hyn, ac weithiau (yn anaml) bydd angen biopsïau o'n iau/afu er mwyn monitro'n effeithiau hyn hefyd.

Cofrestr Ymyriadau Biolegol BAD (BADBIR)

Os oes presgripsiwn am methotrexate wedi' roi i chi i drin eich soriasis, efallai y gofynnir i chi gymryd rhan yn y gofrestr genedlaethol ymyriadau biolegol. Diben y gofrestr hon yw cymharu diogelwch triniaethau gwahanol ar gyfer soriasis ac i weld pa mor dda maent yn gweithio. Fe' sefydlwyd i fonitro triniaethau newydd ar gyfer soriasis, o'r enw triniaethau biolegol. Bydd y gofrestr yn rhoi gwybodaeth i feddygon ar y ffordd orau i ddefnyddio triniaethau sydd ar gael ar gyfer soriasis cymedrol i ddifrifol. Ni fydd unrhyw wybodaeth yn cael ei throsglwyddo i'r gofrestr heb eich cydsyniad gwybodus.

Alla i gael brechiadau tra byddaf yn cymryd methotrexate?

Argymhellir na ddylech gael eich imiwneiddio gan ddefnyddio unrhyw un o'r brechlynnau ÷ywqfel polio, rwbela (y frech Almaenig) a'r dwymyn felen. Gellir rhoi brechlyn polio wedi' a'ddiactifaduqyn lle' un ÷ywq a dylid rhoi'r fersiwn wedi' a'ddiactifaduq hefyd i bobl rydych mewn cysylltiad agos â hwy, fel aelodau eich teulu.

Os ydych yn cymryd methotrexate dylech osgoi cyswllt â phlant sydd wedi cael y brechlyn polio ÷ywq am 4-6 wythnos ar ôl y brechlyn. Mae brechlynnau fflw blynyddol a Pneumovax yn ddiogel ac yn cael eu hargymell (gweler y daflen Gwybodaeth i Gleifion am [Imiwneiddiadau](#)).

A yw methotrexate yn effeithio ar ffrwythlondeb neu feichiogrwydd?

Gall methotrexate leihau ffrwythlondeb ac mae'n debygol o niweidio baban heb ei eni, felly **ni ddylid** ei gymryd yn ystod beichiogrwydd. Tra'ch bod yn cymryd methotrexate, ac am o leiaf 3 mis, a gorau oll 6 mis, ar ôl rhoi'r gorau i gymryd methotrexate, dylai dynion a menywod gymryd camau trwyadl i atal cenhedlu.

Os ydych yn cynllunio i gael teulu, neu os ewch yn feichiog tra'ch bod yn cymryd methotrexate, mae'n rhaid i chi drafod hyn gyda'ch meddyg cyn gynted â phosibl. Rhaid i chi beidio â bwydo ar y fron os ydych yn cymryd methotrexate.

Ydw i'n cael yfed alcohol tra byddai'n cymryd methotrexate?

Nid yw alcohol yn rhyngweithio gyda methotrexate. Gall alcohol a methotrexate ddifrodi'au/afu, felly fe'ch cynghorir i yfed cyn lleied â phosibl o alcohol.

A alla i gymryd meddyginiaethau eraill ar yr un pryd â methotrexate?

Mae rhai cyffuriau'n rhyngweithio gyda methotrexate, felly dylech bob amser ddweud wrth unrhyw feddyg sy'n eich trin eich bod yn cymryd methotrexate. Mae angen gofal arbennig gyda chyffuriau gwrthlid ansteroidol fel aspirin ac ibuprofen. Dylech ond gymryd cyffuriau gwrthlid os bydd eich meddyg yn rhoi presgripsiwn i chi amdanynt. Peidiwch â chymryd paratodau âros y cownterq heb drafod hyn yn gyntaf gyda'ch meddyg, nyrs neu fferyllydd. Dylech hefyd osgoi gwrthfotigau sy'n cynnwys trimethoprim.

Ble alla i gael mwy o wybodaeth am methotrexate?

Os ydych eisiau gwybod mwy am methotrexate, neu os ydych yn pryderu yngl n â'ch triniaeth, dylech siarad â'ch meddyg neu fferyllydd. Nid yw'ch daflen wybodaeth hon yn rhestru pob un sgîl-ffeithiau methotrexate. I gael manylion llawnach, edrychwch ar y daflen gwybodaeth am gyffuriau sy'n dod gyda'ch presgripsiwn ar gyfer methotrexate.

Dolenni gwe at daflenni manwl:

www.dermnetnz.org/treatments/methotrexate.html

Nod y daflen hon yw rhoi gwybodaeth gywir i chi am y pwnc ac mae'n gonsensws o farnau cynrychiolwyr Cymdeithas Dermatolegwyr Prydain: gall ei chynnwys, fodd bynnag, fod yn wahanol ambell waith i'r cyngor a roddir i chi gan eich meddyg.

Aseswyd y daflen hon (yn Saesneg) am ei rhwyddineb darllen gan Banel Adolygu Lleyg Gwybodaeth i Gleifion Cymdeithas Dermatolegwyr Prydain

**CYMDEITHAS DERMATOLEGWYR PRYDAIN
TAFLEN GWYBODAETH I GLEIFION
CYNHYRCHWYD AWST 2004
DIWEDDARWYD EBRILL 2010**