

A allaf roi organ
**i rywun nad wyf
yn ei adnabod?**

**Rhodd anhunanol
anghyfeiriedig**

A blue ribbon graphic that starts from the left, loops upwards, and then extends to the right, positioned above the contact information.

**www.organdonation.nhs.uk
enquiries@nhsbt.nhs.uk
0300 123 23 23**

Ar hyn o bryd, mae dros 5,000 o bobl yn y DU yn disgwyl am drawsblaniad aren a mwy na 500 o bobl yn disgwyl am drawsblaniad iau. Bob blwyddyn, mae cannoedd o bobl yn marw wrth ddisgwyl am drawsblaniad. Gall oedolion iach roi aren neu ran o'u hiau i rywun sydd angen trawsblaniad. Drwy'r byd, mae pobl wedi bod yn rhoi un o'u harennau i helpu rhywun. Gallwch chi fyw yn hollol iawn gydag un aren. Nid yw rhoi rhan o'ch iau pan ydych chi'n fyw mor gyffredin oherwydd bod y risgiau yn fwy i'r rhoddwr. Mae'r rhan fwyaf o gleifion gyda chlefyd yr iau yn cael trawsblaniad iau gan roddwr sydd wedi marw.

Yn ystod yr ychydig flynyddoedd diwethaf, mae mwy o bobl wedi cynnig rhoi organ rywun ar y rhestr Trawsblannu Cenedlaethol heb iddyn nhw eu hadnabod. Mae unigolyn byw sy'n rhoi organ i rywun nad ydyn nhw'n ei adnabod yn cael ei alw yn rhoddwr anhunanol anghyfeiriedig. Mae cannoedd o bobl wedi rhoi aren yn y ffordd hon. Mae hyn yn wahanol i'r miloedd sydd wedi rhoi i aelod o'r teulu neu ffrind. Mae unigolion byw sy'n rhoi rhan o'u hiau yn llai cyffredin yn y DU nag mewn gwledydd eraill. Ychydig o bobl sydd wedi rhoi rhan o'u hiau fel rhodd anghyfeiriedig.

Mae rhoi organ i rywun gyda chlefyd yr arennau neu glefyd yr iau yn trawsnewid ac ymestyn eu bywyd – **a yw hon yn rhodd y gallech chi ystyried ei rhoi?**



"Nid ydych chi'n cael y cyfle yn aml i wneud gwahaniaeth mor sylweddol i fywyd rhywun. Pe bai gennyf i un arall 'sbâr', ni fyddwn yn oedi i'w wneud unwaith eto."

Rhoddwr aren anhunanol anghyfeiriedig

"Cefais fy mywyd yn ôl."

Derbynnydd trawsblaniad aren

A allwn i wirfoddoli i fod yn rhoddwr byw anhunanol anghyfeiriedig?

Gall pobl wirfoddoli i roi help i rywun sydd angen trawsblaniad. Gwirfoddoli yw'r gair allweddol – mae'n rhaid i hyn fod yn rhywbeth yr ydych chi'n ddewis ei wneud.

Gall unrhyw oedolyn wirfoddoli i roi organ (dros 18 oed yn Lloegr, Gogledd Iwerddon a Chymru, dros 16 oed yn yr Alban). Nid oes unrhyw derfyn oedran uwch ac mae pob gwirfoddolwr yn cael ei asesu yn unigol.

Bydd gofyn i chi fynd drwy gyfres o brofion meddygol a seicolegol. Gwneir hyn fel y gall y tîm meddygol fod yn sicr eich bod yn ddigon iach i roi organ. Eich iechyd a'ch diogelwch chi yw'r pryder mwyaf. Hyd yn oes os ydych chi'n dymuno bod yn rhoddwr, nid yw pawb yn addas. Efallai na fyddwch chi'n yn gallu rhoi organ.

Gan eich bod yn wirfoddolwr, gallwch chi newid eich meddwl ar unrhyw adeg – hyd at amser y llawdriniaeth.

Beth sy'n digwydd os ydw i'n gwirfoddoli?

Byddwch yn cael Cydlynnydd Rhoddwr Byw. Bydd yn gallu eich helpu chi i benderfynu a yw rhoi yn addas ar eich cyfer chi a bydd yn eich arwain drwy'r broses gyfan. Mae hyn yn cynnwys pob un o'r profion ac unrhyw gwestiynau sydd gennych chi. Bydd yn egluro'r risgiau o roi yn glir i chi. Mae'r broses asesu yn cymryd sawl mis. Os gwelir eich bod yn rhoddwr addas, bydd rhywun ar y rhestr aros sy'n addas i dderbyn eich aren neu'ch iau chi.

Beth sy'n digwydd i'r organ a roddais?

Ein nod yw sicrhau bod eich organ o fudd i gymaint o bobl ar y rhestr aros ag sy'n bosibl. Os oes claf gyda blaenoriaeth uchel ar y rhestr drawsblannu, gall eich rhodd chi fynd yn uniongyrchol ato ef. Yn gyffredinol, mae'r rhoddwyr yn cael eu rhoi ar Gynlluniau Rhannu Arennau Byw'r DU er mwyn sbarduno cadwyn o hyd at dri o drawsblaniadau. Gelwir hyn yn gadwyn rhoddwyr anhunanol. Gall eich rhodd o aren ei gwneud yn bosibl i hyd at dri o bobl dderbyn trawsblaniad. Fel arall, ni fyddai ganddyn nhw siawns. Os na allwch chi gael eich paru â chlaf i gychwyn y gadwyn, bydd eich aren yn cael ei rhoi i'r derbynnydd mwyaf addas ar y rhestr drawsblannu genedlaethol. Mae'r cynllun hwn yr un fath â'r cynllun dyrannu cenedlaethol a ddefnyddir ar gyfer rhoddwyr arennau sydd wedi marw.

Bydd eich cydlynnydd rhoddwr byw yn egluro sut mae hyn yn gweithio mewn mwy o fanylder a gallwch chi ddarllen y daflen 'Cynlluniau Rhannu Arennau gan Roddwyr Byw y DU' neu ymweld â www.organdonation.nhs.uk er mwyn darganfod mwy.

Os ydych chi'n gwirfoddoli i roi rhan o'ch iau, byddwch chi fel arfer yn rhoi'r segment ochrol chwith o'ch iau. Mae hwn yn rhan fechan (oddeutu 25%) ac mae'n mynd i blentyn sydd angen trawsblaniad. Mae rhai pobl yn gallu rhoi rhan fwy, y llabed dde (oddeutu 65%) ac mae hon fel arfer yn cael ei rhoi i oedolyn. Mae hyn yn llai cyffredin gan fod y risgiau yn uwch nag ar gyfer rhoi'r llabed chwith. Unwaith eto, bydd eich cydlynnydd rhoddwr byw yn egluro mewn mwy o fanylder sut mae hyn yn gweithio.

Darganfod mwy

Bydd y daflen hon yn rhoi cyflwyniad cyffredinol i chi i roi byw, yn hytrach na gwybodaeth fanwl. Byddwch chi'n derbyn gwybodaeth fanylach ynglŷn â'r broses a'r risgiau fel yr ydych chi'n mynd trwy'r asesiad.

Os hoffech chi gael mwy o wybodaeth ynglŷn â helpu rhywun drwy fod yn rhoddwr byw, ewch i wefan Gwaed a Thrawsblaniadau'r GIG www.organdonation.nhs.uk os gwelwch yn dda. Byddwch chi'n cael mwy o wybodaeth, gan gynnwys atebion i gwestiynau cyffredin a'r ystadegau diweddaraf.

Gallwch chi gysylltu â GThGIG drwy ffonio **0300 123 23 23** neu anfon e-bost at enquiries@nhsbt.nhs.uk os na allwch chi ddod o hyd i'r hyn yr ydych chi'n chwilio amdano neu'ch bod angen cyngor manylach.



Y ffordd orau i gael mwy o wybodaeth sy'n berthnasol i chi yw drwy siarad â rhywun. Bydd y cydlynwyr rhoddwyr byw yn eich canolfan drawsblannu agosaf yn falch o roi cyngor a darparu mwy o wybodaeth i chi. Mae rhestr o ganolfannau trawsblannu arennau ac ieuau ar wefan y GThGIG gyda'u manylion cyswllt.

Gall fod yn ddefnyddiol siarad â rhywun sydd wedi cael profiad o'r broses rhoi. Mae llawer o gymdeithasau cleifion a all eich helpu chi ac mae dolenni gwe rhai o'r rhain yn cael eu cynnwys ar wefan GThGIG. Yn benodol, mae *Give a Kidney* yn www.giveakidney.org (e-bost: giveakidney@gmail.com) yn elusen sy'n anelu at gynyddu ymwybyddiaeth ynglŷn â rhoi anhunanol. Maen nhw'n darparu cefnogaeth i roddwyr sy'n ystyried rhoi aren i rywun nad ydyn eisoes yn ei adnabod.

Gwefannau penodol i wledydd:

Gogledd Iwerddon:

www.donatelife.co.uk

Yr Alban:

www.organdonationscotland.org/tell-me-about-living-donation

Cymru:

www.organdonationwales.org