

# CYLCHLYTHYR IECHYD CYMRU



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government

Dyddiad Cyhoeddi: 6 Gorffennaf 2016

**STATWS: GWYBODAETH**

**CATEGORI: IECHYD CYHOEDDUS**

**Teitl:** Cyngor i brescripsiynwyr ar y risg sy'n gysylltiedig â chamddefnyddio pregabalin a gabapentin

**Dyddiad dod i ben / Adolygu** Mehefin 2018

**I'w weithredu gan:**

- ymarfer cyffredinol
- meddyginiaeth poen (aciwt a chronig)
- camddefnyddio sylweddau - triniaeth ac adferiad
- gofal iechyd mewn carchardai
- niwroleg a niwrolawdriniaeth
- rheumatoleg
- orthopedeg

**Angen gweithredu erbyn:** Amherthnasol

**Anfonir gan:** Dr Sarah Watkins, Uwch-swyddog Meddygol

**Enw(au) Cyswllt yn Adran Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol Llywodraeth Cymru:** Dr Rhian Hills, Cangen Camddefnyddio Sylweddau, Grŵp Gwasanaethau Iechyd a Chymdeithasol, Merthyr Tudful, 0300 0628088

**Dogfen(nau) amgaeedig:** Dim

## Cefndir

Ym mis Ionawr 2016, darparodd y Pwyllgor Cynghorol ar Gamddefnyddio Cyffuriau (ACMD) gyngor i'r Gweinidog dros Atal Cam-drin a Chamfanteisio yn y Swyddfa Gartref yn mynegi pryderon am gamddefnyddio pregabalin a gabapentin.

Cynhaliodd yr ACMD adolygiad o'r effeithiau niweidiol posibl sy'n gysylltiedig â chamddefnyddio pregabalin a gabapentin yn dilyn sylwadau a gafwyd gan randdeiliaid, yn bennaf yng Ngogledd Iwerddon. Yn y DU, mae nifer y presgripsiynau a roddwyd ar gyfer pregabalin a gabapentin wedi cynyddu 350% a 150% yn y drefn honno, a hynny o fewn dim ond 5 mlynedd.

Yn 2014 y codwyd pryderon gyntaf am y posibilrwydd fod pregabalin yn cael ei gamddefnyddio, a hynny gan y Bwrdd Iechyd a Gofal Cymdeithasol, a nododd fod y defnydd o pregabalin yng Ngogledd Iwerddon yn sylweddol uwch nag yng ngweddill y DU, gan dynnu sylw at gamddefnyddio cynyddol.

## Diben y cyngor hwn

Cynhyrchwyd y ddogfen hon gan weithiwr gofal iechyd proffesiynol gyda chefnogaeth gan sylwedyddion polisi er mwyn darparu:

- gwybodaeth am y potensial ar gyfer camddefnyddio pregabalin a gabapentin
- awgrymiadau ar gyfer defnydd cytbwys a rhesymegol o'r meddyginiaethau hyn

## Pwy ddylai ddarllen y cyngor hwn ar y risg o gamddefnyddio?

Bydd y datganiad yn ddefnyddiol i brescripsiynwyr meddygol ac anfeddygol sy'n argymhell pregabalin a gabapentin, a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol eraill sy'n gweithio ym meysydd gofal sylfaenol ac eilaidd, ac mewn amgylcheddau diogel, gan gynnwys y rhai sy'n gweithio yn y meysydd a ganlyn:

- ymarfer cyffredinol
- meddyginiaeth poen (aciwt a chronig)
- camddefnyddio sylweddau – triniaeth ac adferiad
- Gofal iechyd mewn Carchardai
- niwroleg a niwrolawdriniaeth
- rhewmatoleg
- orthopedeg

## Negeseuon allweddol

Yn ogystal â bod yn ymwybodol o fuddion posibl y cyffuriau hyn i gleifion, dylai gweithwyr proffesiynol sy'n rhoi pregabalin a gabapentin ar bresgripsiwn hefyd

wybod y gallant arwain at ddibyniaeth ac y gallant gael eu camddefnyddio neu eu dargyfeirio.

Mae gan pregabalin a gabapentin swyddogaeth bendant wrth reoli nifer o gyflyrau hirdymor sy'n peri anabledd, gan gynnwys epilepsi a phoen niwropathig; ac, yn achos pregabalin, anhwylder pryder cyffredinol.

Dylai ymarferwyr roi pregabalin a gabapentin ar bresgripsiwn mewn ffordd briodol er mwyn lleihau cymaint â phosibl y perygl iddynt gael eu camddefnyddio neu'r perygl i bobl fynd yn ddibynnol arnynt. Dylent hefyd allu nodi unrhyw broblemau camddefnyddio sy'n codi a'u rheoli.

Gallai rhoi presgripsiwn i gleifion y gwyddys neu yr amheuir bod ganddynt dueddfryd i gamddefnyddio, dargyfeirio neu ddod yn ddibynnol ar y cyffuriau hyn olygu bod y bobl hyn yn wynebu mwy o berygl o'u defnyddio. Rhaid i bresgripsiwnwyr asesu'n ofalus er mwyn pwysu a mesur y buddion posibl o'u cymharu â'r peryglon. Fodd bynnag, dylid nodi y gallai'r cyflyrau y mae'r cyffuriau hyn yn eu trin fod yn fwy cyffredin ymhlith cleifion o'r fath ac y gallai rhai ohonynt elwa ar eu defnyddio.

Mae angen i'r cleifion sy'n cael cynnig y cyffuriau hyn gael digon o wybodaeth er mwyn cydsynio â'r cynllun ar gyfer y driniaeth. Dylai cleifion fod yn ymwybodol o effeithiolrwydd tebygol y cyffuriau wrth reoli eu symptomau, yn ogystal â pherygl o niwed, gan gynnwys dibyniaeth.

Er na ddylid atal unrhyw gleifion rhag cael meddyginiaethau a allai eu helpu dim ond oherwydd problem camddefnyddio neu ddibyniaeth gyfredol neu hanes o hynny (neu oherwydd pryder ynghylch tueddfryd i berygl o'r fath), mae'r pryder hwnnw yn ystyriaeth briodol a pherthnasol wrth ystyried sut i bresgripsiynu'r cyffuriau hyn, a hyd yn oed pa un a ddylid gwneud hynny. Dylid trafod penderfyniadau presgripsiynu yn llawn â chleifion a dylid sicrhau eu bod yn ymwybodol o bwysigrwydd eu cyd-morbidrwyddau a chyd-destun hynny wrth wneud penderfyniad presgripsiynu diogel.

Yn aml, gellid cynnig cyffuriau amgen, llai niweidiol ar gyfer triniaethau cyntaf ar gyfer y cyflyrau y nodir bod pregabalin a gabapentin yn cael eu defnyddio ar eu cyfer ar hyn o bryd, ac mae'n bosibl y dylid ffafrio'r cyffuriau hynny mewn lleoliadau risg uwch neu ar gyfer cleifion a allai fod yn fwy tebygol o gael eu niweidio gan pregabalin a gabapentin.

## **Tystiolaeth o gamddefnyddio pregabalin a gabapentin**

Nodwyd camddefnydd o gabapentin a pregabalin am rai blynyddoedd ymhlith cleientiaid sy'n defnyddio gwasanaethau trin ac adfer ar gyfer camddefnyddio sylweddau, ac o fewn lleoliadau amgylchedd diogel. O ran camddefnyddio, ymddengys bod mwy o alw am pregabalin na gabapentin ar hyn o bryd. Ceir marchnad anghyfreithiol sy'n tyfu, ac mae'r cyffuriau hyn hefyd yn cael eu prynu drwy fferyllfeydd ar-lein.

Nodir yn gynyddol fod gan pregabalin a gabapentin y potensial i gael eu camddefnyddio. O'u defnyddio ar y cyd ag iselyddion eraill, gallant achosi syrthni, llonyddu, methiant anadlu a marwolaeth. Mae'n bosibl bod pregabalin â mwy o botensial ar gyfer camddefnyddio na gabapentin oherwydd ei fod yn cael ei

amsugno i'r corf yn gyflym, mae'n gweithredu'n gynt ac mae'n gryfach. Mae pregabalin yn achosi 'anterth' neu gwell hwyliau ymhlith defnyddwyr; gall y sgil-ffeithiau gynnwys poen yn y frest, gwichian yn y frest, newidiadau i'r golwg ac, yn llai cyffredin, rhithweledigaethau.

Call gabapentin achosi teimladau o fod wedi ymlacio, llonyddwch ac ewfforia. Mae rhai defnyddwyr wedi adrodd bod ffroeni gabapentin yn gallu achosi 'anterth' tebyg i gymryd symbylydd.

Er 2012, bu cynnydd o 20% y flwyddyn yn y cyfraddau presgripsiynu yng Nghymru.

Ym mis Chwefror 2015, adroddodd Carchardai EM fod staff iechyd mewn nifer sylweddol o sefydliadau yn parhau i adrodd bod nifer fawr o garcharwyr yn cael pregabalin a/neu gabapentin ar bresgripsiwn, a hynny mewn modd nad yw'n bodloni canllawiau arferion gorau, ac mae angen llawer o adnoddau ac amser i fynd i'r afael â hyn yn effeithiol, wrth i ddiagnosis a chynllun rheoli poen priodol gael ei lunio.

## Marwolaethau

Ym mis hydref 2015, darparodd y Rhaglen Genedlaethol ar gyfer Marwolaethau oherwydd Camddefnyddio Sylweddau (npSAD) ddadansoddiad i'r ACMD o'r marwolaethau a oedd yn gysylltiedig â pregabalin a gabapentin. Yn 2013, bu 19 o farwolaethau pryd y bu cysylltiad â pregabalin a 17 o farwolaethau pryd y bu cysylltiad â gabapentin yn y DU.

Ym mis Medi 2015, rhyddhaodd y Swyddfa Ystadegau Gwladol (ONS) wybodaeth cofrestriadau ar farwolaethau oherwydd gwenwyno yn gysylltiedig â chyffuriau. Amlygodd y data hyn gynnydd sylweddol yn nifer y marwolaethau er 2012.

Yn 2014, bu:

- 38 o farwolaethau lle cafodd pregabalin ei grybwyll ar dystysgrif marwolaeth yr ymadawedig; a,
- 26 o farwolaethau lle cafodd gabapentin ei grybwyll ar dystysgrif marwolaeth yr ymadawedig.

Yn ogystal, bu marwolaethau yn gysylltiedig â chyffuriau yng Nghymru pryd y cafodd y meddyginiaethau hyn eu nodi yn achos cyfrannol.

I gael rhagor o wybodaeth, ewch i

[https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/385791/PHE-NHS\\_England\\_pregabalin\\_and\\_gabapentin\\_advice\\_Dec\\_2014.pdf](https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/385791/PHE-NHS_England_pregabalin_and_gabapentin_advice_Dec_2014.pdf)