

# Beth yw dementia gyda chyrff Lewy?



**Alzheimer's  
Research  
UK**

**The Power  
to Defeat  
Dementia**



Mae wybodaeth yn y llyfryn hwn ar gyfer unrhyw un sydd am wybod mwy am ddementia gyda chyrff Lewy (DLB). Mae hyn yn cynnwys pobl sy'n byw gyda DLB, eu gofalwyr, teuluoedd a ffrindiau. Nod y llyfryn yw rhoi cyflwyniad i DLB. Mae'n rhoi trosolwg o'r achosion, symptomau a thriniaethau.

## Cynnwys

Cyflwyniad	03	Triniaethau	10
Beth yw dementia gyda chyrff Lewy?	04	Ffactorau risg	12
Symptomau	06	Cefnogaeth	12
Diagnosis	08	Ymchwil	15

Nid yw'r wybodaeth yma yn cymryd lle unrhyw gyngor y gall meddygon, fferyllwyr neu nyrsys ei rhoi i chi, ond y mae'n beth wybodaeth gefndir a fydd, gobeithio, o gymorth i chi.

Diweddarwyd y llyfryn ym mis Ionawr 2018 ac fe'i hadolygir ym mis Ionawr 2020. Cofiwch gysylltu â ni os hoffech gael fersiwn gyda chyfeiriadau neu mewn fformat gwahanol.

## Beth yw dementia gyda chyrff Lewy?

Defnyddir y gair i ddisgrifio grŵp o symptomau – mae'r rhain yn cynnwys colli cof, dryswch, newidiadau yn hwyliau rhywun ac anhawster gyda thasgau o ddydd i ddydd.



Gall dementia gael ei achosi gan nifer o bethau, a chlefyd Alzheimer yw'r mwyaf cyffredin.

Dementia gyda chyrff Lewy (DLB) yw'r trydydd math mwyaf cyffredin o ddementia. Am bob 100 o bobl â dementia, bydd gan tua 10-15 ohonynt DLB. Mae hyn yn golygu bod rhyw 100,000 o bobl yn y DU yn debygol o fod â'r math hwn o ddementia. Gall rhai pobl arddangos nodweddion Alzheimer a DLB; dementia cymysg yw'r enw ar hyn.

Achosir DLB gan glystyrau bychain crwn o brotein sy'n cronni y tu mewn i gelloedd nerfau'r ymennydd. Alpha-synuclein yw'r enw ar un o'r proteinau hyn a chyrff Lewy yw'r enw ar y clystyrau mae'n eu ffurfio. Mae'r clympiau protein yn difrodi'r ffordd mae celloedd nerf yn gweithio ac yn cyfathrebu.

Mae DLB, mae'r cyrff Lewy yn effiethio ar gelloedd nerf yn y rhannau hynny o'r ymennydd sy'n rheoli meddwl, cof a symud. Mae cyrff Lewy hefyd yn gyfrifol am y difrod sy'n achosi problemau symud mewn clefyd Parkinson.

Gall pobl gyda DLB hefyd ddangos rhai newidiadau yn yr ymennydd sydd yn nodweddiadol o glefyd Alzheimer. Mae hyn weithiau'n ei gwneud yn anodd dweud y gwahaniaeth rhwng y ddau glefyd.

## Symptomau

Gall dementia gyda chyrrff Lewy achosi symptomau cyffredin dementia, gan gynnwys problemau gyda'r cof a sgiliau meddwl.



Mae rhai symptomau mwy penodol hefyd yn gysylltiedig â'r clefyd. Gwelir rhai o'r rhain hefyd mewn dementia Parkinson.

### Ymysg y symptomau hyn mae:



#### Bywiogrwyd

Newidiadau mewn bywiogrwydd a sylw, a chyfnodau o ddryswch, a all fod yn anwadal a newid o awr i awr neu ddydd i ddydd.



#### Problemau symud

Symptomau tebyg i Parkinson megis symudiadau arafach, stiffwrwydd yn y breichiau a'r coesau, ac ysgwyd neu grynu.



#### Rhithweledigaethau

Gweld pethau nad ydynt yno mewn gwirionedd, e.e., pobl neu anifeiliaid. Mae'r rhain yn aml yn digwydd dro ar ôl tro ac y maent yn realistig ac wedi eu ffurfio'n dda.



#### Tarfu ar gwsg

Breuddwydion llachar, gweiddi neu symud mewn cwsg a all darfu ar gwsg, ac a all achosi anafiadau.



#### Sefydlogrwydd

Llewygu, ansadrwydd a chwympo.



#### Synnwyr arogl

Problemau clywed arogleuon.

Cyflwr cynyddol yw DLB sy'n golygu bod symptomau yn gwaethygu dros amser. Wrth i'r clefyd gynyddu, bydd ar bobl angen mwy o help gyda bwyta, symud, gwisgo a defnyddio'r toiled.

Gall DLB gynyddu'n araf dros flynyddoedd lawer, ond gall cyflymder y newid a'r mathau o symptomau amrywio o un unigolyn i'r llall.

## Diagnosis

Mae'n bwysig cael y diagnosis iawn er mwyn gallu rhoi'r triniaethau a'r help priodol. Os ydych yn poeni am eich iechyd chi neu rywun arall, dylech gael gair gyda'ch meddyg teulu.



Os yw eich meddyg teulu yn amau dementia, efallai y cewch eich cyfeirio at glinig cof neu glinig arbenigol arall.



Cewch eich holi am eich symptomau a'ch hanes meddygol ac efallai y cewch archwiliad corfforol a phroffion ar y cof a'r meddwl.



Efallai y cewch hefyd eich anfon am broffion megis sganiau ar yr ymennydd a phroffion gwaed.

Gyda'i gilydd bydd y profion hyn yn helpu i ganfod achos tebygol y problemau cof a meddwl.

Gall sganiau ar yr ymennydd megis MRI (delweddu cyseinedd magnetig) neu CT (tomograffeg cyfrifiadurol) helpu i brofi nad pethau eraill sy'n achosi'r dementia. I helpu i wneud diagnosis penodol o DLB, efallai y defnyddir math o sgan o'r enw sgan SPECT i chwilio am newidiadau yn yr ymennydd sydd yn fwy cyffredin yn y math hwn o ddementia.

Mae cyswllt agos rhwng DLB a chlefyd Parkinson ac y mae pobl â chlefyd Parkinson yn fwy tebygol o fynd ymlaen i ddatblygu dementia. Os bydd symptomau dementia yn ymddangos cyn neu ar yr un pryd ag y bydd pobl yn dechrau cael problemau symud, yna nid yw diagnosis o ddementia gyda chyrrff Lewy yn debygol o gael ei roi. Os bydd problemau symud yn ymddangos am flwyddyn neu fwy cyn arwyddion dementia, yna mae'n debyg y rhoddir diagnosis o ddementia Parkinson.

## Triniaethau

### Mae rhai triniaethau all helpu gyda symptomau dementia gyda chyrff Lewy.

Mae tystiolaeth y gall cyffuriau a ddefnyddir i drin clefyd Alzheimer, megis atalyddion colinesteras a memantine, helpu i wella rhai o symptomau DLB, gan gynnwys sgiliau meddwl a rhithweledigaethau.

Gall meddyg ystyried cyffuriau gwrthseicotig i drin cynnwrf neu ymddygiad ymosodol mewn dementia. Fodd bynnag, gall pobl â DLB ddioddef sgil effeithiau difrifol o ganlyniad i'r cyffuriau hyn, ac felly dylid monitro'r driniaeth yn ofalus. Yn gyntaf dylai'r meddyg ystyried asesu iechyd ac amgylchedd yr unigolyn. Gallai hyn helpu i ganfod unrhyw beth sy'n achosi neu'n arwain at gynnwrf neu ymddygiad ymosodol y gellir ei drin heb feddyginiaeth.

Mae modd trin symptomau symud mewn DLB trwy ddefnyddio ffisiotherapi neu gyda levodopa, cyffur a ddefnyddir yng nghlefyd Parkinson. Mae risg y gall y cyffur hwn sbarduno neu waethygu rhithweledigaethau. Os bydd hyn yn digwydd, rhowch wybod i'ch meddyg.

Gall camau ymarferol, fel symud gwrthrychau miniog draw oddi wrth y gwely, leihau'r risg o anaf tra bo rhywun yn cysgu. Mae cyffuriau ar gael hefyd all helpu pobl sy'n byw eu breuddwydion.

Gall triniaethau heb gyffuriau, megis therapïau gwybyddol, ymarferion a gweithgareddau grŵp hefyd helpu gyda rhai o'r symptomau. Gallwch drafod y dewisiadau triniaeth gyda'ch meddyg.

Am wybodaeth fanylach, holwch am ein taflen '**Treatments for dementia**'.



### Ffactorau risg

Oedran yw'r ffactor risg fwyaf hysbys o ran datblygu dementia gyda chyrrff Lewy. Mae ymchwilwyr wrthi'n gweithio'n galed i nodi pa ffactorau eraill all fod yn rhan o hyn.

Mae astudiaethau diweddar wedi darganfod sawl gennyn sy'n gysylltiedig â risg uwch o DLB, gan gynnwys gennyn risg penodol i glefyd Alzheimer. Er bod y darganfyddiadau hyn yn rhoi gwybodaeth i ni am fioleg DLB, nid yw meddu ar un o'r gennynau risg hyn yn golygu y byddwch yn bendant yn datblygu'r clefyd ac nid oes prawf ar gael amdanynt ar y GIG.

### Cefnogaeth

Gall byw gyda DLB fod yn her, ond mae mudiadau cefnogi all gynnig help llaw i chi. Mae'r **Lewy Body Society**, mewn partneriaeth â **Parkinson's UK**, yn rhoi cefnogaeth a chyngor i bobl â DLB, eu teuluoedd a'u gofalwyr. Gallwch gysylltu ag ymgynghorydd llinell gymorth ar **0808 800 0303** neu trwy e-bostio **hello@parkinsons.org.uk** a chael gwybodaeth yn **www.lewybody.org** ac **www.parkinsons.org.uk**

Am fanylion cyswllt mudiadau eraill sy'n cynnig cefnogaeth a chyngor, holwch am ein llyfryn '**Caring for someone with dementia: organisations that can help**' neu ewch at ein gwefan **www.alzheimersresearchuk.org**

Gallwch hefyd siarad â'ch meddyg neu nyrs.



## Anfonwch fwy o wybodaeth ataf

I gael gwybodaeth am ddim, llenwch y slip papur hwn. Gallwch ei roi mewn blwch post neu mewn amlen wedi ei labelu â'r cyfeiriad rhadbost trosodd. Neu ffoniwch ni ar **0300 111 5555**.

### Hoffwn dderbyn

All about dementia (Saesneg; SCIHIAAD)

Treatments for dementia (Saesneg; SCIHITMT)

Caring for someone with dementia:  
organisations that can help (Saesneg; SCIHICARE)

'Think' cylchlythyr (Saesneg; SMTTHINK)

Enw

Cyfeiriad

E-bost

Fe hoffem i chi fod y cyntaf i wybod am yr ymchwil ddiweddaraf a sut mae eich cefnogaeth yn gwneud gwahaniaeth, yn ogystal â ffyrdd i chi ddod yn rhan o'n gwaith sy'n newid bywydau, a helpu i'w gyllido. Byddwn ni'n cadw eich gwybodaeth yn ddiogel ac ni fyddwn ni fyth yn ei gwerthu na'i ffeirio gyda neb.

Cofiwch roi gwybod i ni sut y gallwn ni gysylltu â chi (ticiwch isod):

Post  E-bost  Teleffon  Neges destun

Gallwch newid y ffordd yr ydym yn siarad â chi ar unrhyw adeg, trwy alw **0300 111 5555** neu e-bostio **enquiries@alzheimersresearchuk.org**

Mae modd gweld ein Hysbysiad Preifatrwydd ar **www.alzheimersresearchuk.org/privacy-policy** ac y mae'n esbonio sut y byddwn ni'n defnyddio ac yn storio eich gwybodaeth.



Freepost RTYR-ZUUZ-AULL  
Partridges  
3 Eagle Avenue  
Magnetic Park  
Desborough  
NN14 2WD

## Ymchwil

Mae Alzheimer's Research UK wedi cyllido gwerth dros

# £13.4 miliwn

o ymchwil arloesol i'n helpu i ddeall mwy am dementia gyda chyrrff Lewy.



Mae'r ymchwil yr ydym yn ei chyllido yn edrych ar y protein alpha-synuclein a phroteinau eraill sy'n rhan o'r clefyd. Bydd hyn yn rhoi darlun cliriach o pam a sut y mae'r proteinau hyn yn cronni ac yn effeithio ar yr ymennydd.

Mae ein gwyddonwyr hefyd yn gweithio i ddatblygu ffyrdd newydd a blaengar o ganfod DLB, a nodi targedau ar gyfer datblygu triniaethau newydd.

Yn ein barn ni, yr unig ffordd o drechu dementia yw trwy ymchwil. Diolch i haelioni ein cefnogwyr, byddwn ni'n parhau i dalu am astudiaethau arloesol i ddementia gyda chyrrff Lewy.



### I gael mwy o wybodaeth

Os oes gennych gwestiynau ynglŷn ag ymchwil i ddementia neu os ydych eisiau cael mwy o wybodaeth ynglŷn â sut i fod yn rhan o'r ymchwil, cysylltwch â'n **Dementia Research Infoline** ar **0300 111 5 111** neu e-bostiwch [infoline@alzheimersresearchuk.org](mailto:infoline@alzheimersresearchuk.org)

Mae'r Infoline yn agored rhwng 9.00-5.00pm o ddydd Llun i ddydd Gwener. Mae cost galwadau ar yr un gyfradd â galwadau cenedlaethol i rifau 01 neu 02 a dylid eu cynnwys mewn unrhyw becynnau gofal am ddim.



# Ni yw prif elusen ymchwil y DU sy'n ceisio trechu dementia.

Rydym yn croesawu eich sylwadau i'n helpu i ddarparu'r wybodaeth orau i chi. Gallwch ddweud eich barn am y llyfryn hwn drwy gysylltu â ni. Mae'r manylion cysylltu isod.



## Cysylltu â ni

Alzheimer's Research UK  
3 Riverside, Granta Park, Cambridge CB21 6AD



## Gofal i gefnogwyr

Ffôn: 0300 111 5555  
E-bost: [enquiries@alzheimersresearchuk.org](mailto:enquiries@alzheimersresearchuk.org)



## Dementia Research Infoline

Ffôn: 0300 111 5 111  
E-bost: [infoline@alzheimersresearchuk.org](mailto:infoline@alzheimersresearchuk.org)

[www.alzheimersresearchuk.org](http://www.alzheimersresearchuk.org)



Argraffwyd y llyfryn hwn gyda chefnogaeth gan The Perfume Shop na wnaeth unrhyw gyfraniad i'r cynnwys.



**Alzheimer's  
Research  
UK**

**The Power  
to Defeat  
Dementia**

Registered charity number 1077089 and SC042474

