



Pathfinder Cymru

**Trawsnewid y dyfodol
ar gyfer menywod â
chanser yr ofari**



**TARGET
OVARIAN
CANCER**
For every woman. For life.



17%

o fenywod yn gallu enwi
ymchwyddo fel symptom o
ganser yr ofari

27%



o fenywod yn credu'n anghywir bod
sgrinio ceg y groth yn dod o hyd i
ganser yr ofari hefyd

36%

o fenywod yn ymweld â'u
Meddyg Teulu dair gwaith neu fwy
cyn cael eu cyfeirio ar gyfer profion
diagnostig



40%

o Feddygon Teulu'n credu'n
anghywir y ceir symptomau
dim ond yng nghamau
diweddarach y clefyd

52%

o fenywod â chanser yr ofari yn
derbyn gwybodaeth ysgrifenedig
pan gânt ddiagnosis



74%

o fenywod â chanser yr ofari yn
barod i deithio er mwyn cymryd
rhan mewn treialon clinigol



79%

o fenywod â
chanser yr ofari yn
profi anhwylder meddwl

Pathfinder Cymru ar gip	2
Rhagarweiniad	4
Ymwybyddiaeth o symptomau	6
Diagnosis	7
Geneteg	8
Dechrau triniaeth	9
Treialon clinigol	10
Cefnogaeth	11
Lles meddyliol a delwedd y corff	11
Dychweliad	11
Casgliadau	12
Diolchiadau	16
Panel Ymgynghorol Pathfinder	16
Methodoleg	17
Cyfeiriadau	19

Mae Target Ovarian Cancer yn gweithio i wella diagnosis cynnar, ariannu ymchwil sy'n achub bywydau a darparu cefnogaeth wirioneddol angenrheidiol ar gyfer menywod â chanser yr ofari.

Ni yw'r awdurdod ar ganser yr ofari. Rydym yn gweithio gyda menywod, aelodau o'u teuluoedd a gweithwyr iechyd proffesiynol er mwyn sicrhau ein bod yn targedu'r meysydd sydd o'r pwys mwyaf ar gyfer y rhai sy'n byw a gweithio gyda chanser yr ofari.

Yng Nghymru rydym yn:

- hyrwyddo ein pecyn cymorth rhad ac am ddim i Feddygon Teulu er mwyn gwella diagnosis cynnar, gan gynnwys gweithio gyda Chanolfan Ganser Felindre er mwyn dosbarthu pecynnau cymorth i bob meddygfa yng Nghymru.
- cynnal diwrnodau cefnogaeth Bod Gyda'n Gilydd ar gyfer menywod â chanser yr ofari.
- dosbarthu ein harweinlyfrau a'n gwybodaeth i ganolfannau cancer ledled Cymru.

Mae 350 o fenywod yn derbyn diagnosis o ganser yr ofari yng Nghymru bob blwyddyn. Yn ystod y blynyddoedd diwethaf gwelwyd cynnydd yn yr ymdrech i godi ymwybyddiaeth ynghylch y clefyd.¹

- Yn 2016 gofynnodd Mark Drakeford AC, a oedd yn Weinidog dros Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol bryd hynny, i Ganolfan Ganser Felindre a Target Ovarian Cancer weithio mewn partneriaeth er mwyn rhannu gwybodaeth ar symptomau cancer yr ofari a'r hyfforddiant sydd ar gael gyda holl Feddygon Teulu Cymru.
- Yn 2016 cyhoeddwyd byddai Byrddau Iechyd Prifysgol Cwm Taf ac Abertawe Bro Morgannwg yn cynnal peilot o ganolfannau diagnostig newydd gyda'r nod o fyrhau'r amser a gymer i gael diagnosis o ganser.²
- Yn 2017 galwodd Pwyllgor Deisebau Cynulliad Cymru am ymgyrch ymwybyddiaeth genedlaethol yng Nghymru, argymhelliad a gefnogwyd ymhellach gan Aelodau o'r Cynulliad pan gynhaliwyd dadl ynghylch yr adroddiad.^{3,4}

Fodd bynnag, mae cyfraddau goroesi ar gyfer cancer yr ofari yn parhau i fod ar ei hôl hi o'u cymharu â mathau eraill o ganser, gan gynnwys cancer y fron, y coluddyn a'r groth, ac mae bron i 240 o fenywod yn marw o'r clefyd yng Nghymru bob blwyddyn.^{5,6}

Mae'n amlwg bod angen gwneud mwy ac felly mae hon yn adeg dyngedfennol i gyhoeddi'r Pathfinder Cymru cyntaf, sy'n edrych ar ymwybyddiaeth menywod o ganser yr ofari, eu profiad o ddiagnosis a thriniaeth a gwybodaeth Meddygon Teulu.

Seilir Pathfinder Cymru ar dri arolwg gwahanol:

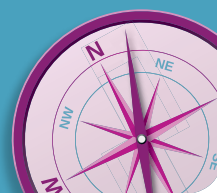
- Menywod yn y boblogaeth gyffredinol
- Menywod gyda chanser yr ofari
- Meddygon Teulu gweithredol

Trefnir yr adroddiad o amgylch llwybr y claf. Mae'n cychwyn gydag ymwybyddiaeth a diagnosis, cyn symud ymlaen i driniaeth a chefnogaeth. Mae ganddo, yn ogystal, adrannau sy'n edrych ar eneteg, treialon clinigol a lles meddyliol a delwedd y corff er mwyn cyflwyno darlun mwy cyflawn.

Wrth gydnabod y gwaith a wnaed eisoes i wella diagnosis a thriniaeth cancer yr ofari, mae Pathfinder Cymru'n gosod allan y pethau y mae angen iddynt ddigwydd nesaf er mwyn trawsnewid canlyniadau ar gyfer menywod sy'n byw gyda chanser yr ofari yng Nghymru heddiw, a'r rhai fyddant yn derbyn diagnosis yfory.

Y tair gweithred bwysicaf a nodwyd gan PathfinderCymru yw'r rhain:

- Llywodraeth Cymru i gomisiynu ymgyrch ymwybyddiaeth ar gyfer y cyhoedd sy'n cynnwys symptomau cancer yr ofari fel bod menywod yn gwybod am ba symptomau i edrych a pha mor bwysig yw mynd at y Meddyg Teulu.
- Gwerthuso effaith y cynllun peilot ar gyfer canolfannau diagnostig cancer newydd i gynnwys yr effaith ar ddiagnosisau o ganser yr ofari.
- GIG Cymru i sicrhau fod pob menyw gyda chanser yr ofari yn gwybod ble i fynd am gymorth, gan gynnwys cyngori.



Ymwybyddiaeth o symptomau



Trwy wybod am ba symptomau i edrych, mae menywod yn fwy tebygol o ymweld â'u Meddyg Teulu'n gynharach, gan gynyddu eu tebygrwydd o dderbyn diagnosis cynharach.

Y symptomau allweddol o ganser yr ofari fel y cânt eu gosod allan yng nghanllawiau'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn lechyd a Gofal (NICE) yw'r rhain:

- Chwydd parhaus yn yr abdomen (stumog wedi ymchwyddo)
- Poen pelfig neu yn yr abdomen (bola tost)
- Teimlo'n llawn (syrffed cynnar) a / neu golli chwant am fwyd (teimlo'n llawn drwy'r amser)
- Cynnydd yn y brys i biso ac/neu amllder piso (angen piso mwy)

Gall symptomau gynnwys, yn ogystal:

- Colli pwysau'n ddiesboniad
- Gorflinder diesboniad
- Newidiadau diesboniad yn arferion gweithio'r corff ⁷

Gofynnwyd i fenywod yn y boblogaeth gyffredinol ddweud pa symptomau roeddent yn credu y gallent fod yn gysylltiedig â chanser yr ofari.

Tabl 1. Gallu menywod yn y boblogaeth gyffredinol i enwi un o'r pedwar prif symptom o ganser yr ofari (heb anogaeth)

Ymchwyddo parhaus (canran)	17
Poen pelfig neu yn yr abdomen (canran)	18
Teimlo'n llawn/colli chwant am fwyd (canran)	5
Mwy o frys i biso/amllder piso (canran)	1

Ceir dryswch eang, yn ogystal, rhwng y clefyd a chanser ceg y groth gyda 27 y cant o fenywod yng Nghymru'n credu'n anghywir fod sgrinio ceg y groth yn dod o hyd i ganser yr ofari hefyd.

Sicrhau fod menywod yn gwybod am ba symptomau i edrych yw'r cam cyntaf yn y gwaith o sicrhau fod mwy o fenywod yn derbyn diagnosis cynharach, ond ar hyn o bryd nid yw digon o fenywod yng Nghymru yn gwybod am yr arwyddion rhybudd.



Mae canllawiau NICE yn gosod allan sut ddylai Meddygon Teulu asesu a chyfeirio menywod gyda symptomau a allent fod yn ganser yr ofari.

Dylai Meddygon Teulu ddechrau trwy drafod y symptomau a brofir gan fenywod a'u hamlder cyn gwneud archwiliad pelfig er mwyn chwilio am fâs neu asgites (hylif yn yr abdomen). Os canfyddir mâs neu asgites dylai Meddygon Teulu wneud cyfeiriad brys i oncolegydd gynaecolegol.

Ym mhob achos arall dylai Meddygon Teulu gyfeirio menywod am brawf gwaed CA125. Os yw hwn yn dangos lefelau wedi'u codi o'r protein CA125, wedyn dylid cyfeirio menywod am brawf uwchsain (prawf drwy'r wain ac abdomenol).

Yn y gorffennol bu gan lawer o Feddygon Teulu gredoau anghywir ynghylch y diagnosis am ganser yr ofari a dengys Tabl 2 bod yn rhain yn dal i fodoli, gan fod llawer o Feddygon Teulu yng Nghymru'n credu'n anghywir nad ellir canfod cancer yr ofari'n gynnar neu nad oes gan y clefyd symptomau adnabyddadwy. Mae hyn er gwaethaf canllawiau cenedlaethol clir i'r gwrthwyneb.

Tabl 2. Credoau Meddygon Teulu yng nghyswllt cyflwyniad symptomau cancer yr ofari

Meddygon Teulu yn dweud fod symptomau'n cyflwyno dim ond yng nghamau diweddarach y clefyd (canran)	40
Meddygon Teulu yn dweud bod cancer yr ofari yn lladdwr distaw (canran)	83

Ymwelodd 36 y cant o fenywod a dderbyniodd ddiagnosis dilynol o ganser yr ofari â'u Meddyg Teulu dair gwaith neu fwy cyn cael eu cyfeirio ar gyfer profion diagnostig a chyfeiriwyd 29 y cant o fenywod, i gychwyn, am brofion ar gyfer rhywbeth ar wahân i ganser yr ofari. Dengys Tabl 3 fod 65 y cant o fenywod yn aros un mis neu fwy am ddiagnosis ar ôl eu hymweliad cyntaf â'r Meddyg Teulu.

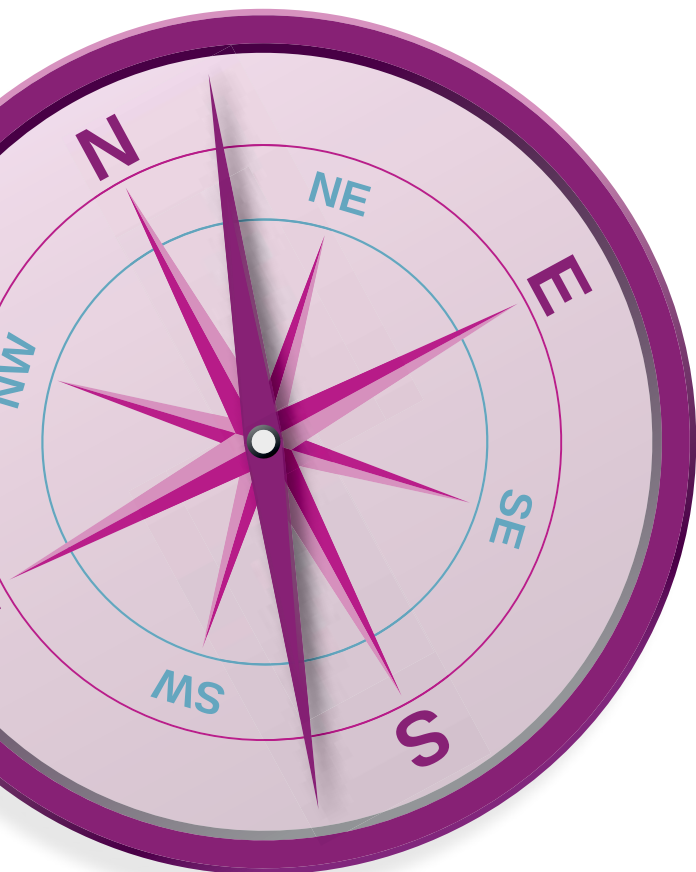
Tabl 3. Amser a gymerir o ymweld â'r Meddyg Teulu am y tro cyntaf i dderbyn diagnosis

Llai na mis (canran)	35
Un i dri mis (canran)	19
Dros dri mis (canran)	46

Mae sawl nam neu fwtaniad genetig yn gysylltiedig â chanser yr ofari. Yr un mwyaf arwyddocaol yw mwtaniad yn y genyn BRCA1 neu BRCA2; mae'r mwtaniad hwn yn rhoi cyfrif am oddeutu 13 y cant o'r holl achosion o ganser yr ofari.⁸ Mae'r risg o ddatblygu canser yr ofari yn ddau y cant ar gyfer menywod yn gyffredinol, ond mae'n codi i 30-50 y cant ar gyfer menywod gyda mwtaniad BRCA1 a 10-25 y cant ar gyfer menywod sydd â mwtaniad BRCA2.⁹ Gall mwtaniadau BRCA gael eu trosglwyddo i lawr ochr y fam neu'r tad o'r teulu. Os oes gan riant y mwtaniad BRCA, mae siawns o 50 y cant y byddant yn ei drosglwyddo i'w plentyn.

Er gwaethaf hyn, mae ymwybyddiaeth o bwysigrwydd geneteg mewn perthynas â chanser yr ofari yn isel. Ymysg menywod yn y boblogaeth gyffredinol yng Nghymru, dim ond 16 y cant sy'n credu y gallai geneteg fod yn ffactor wrth ddatblygu canser yr ofari ac mae 45 y cant o fenywod gyda chanser yr ofari yng Nghymru yn ymwybodol y gallai cysylltiad genetig fodoli.

Ymysg Meddygon Teulu, ceir ymwybyddiaeth uchel (93 y cant) o bwysigrwydd hanes teuluol ar ochr y fam, ond ymwybyddiaeth is o lawer o bwysigrwydd hanes teuluol ar ochr y tad, gyda dim ond 37 y cant yn dweud bod hyn o bwys.



Dechrau triniaeth

Caiff menywod gyda diagnosis o ganser yr ofari gynnig cyfuniad o llawdriniaeth a chemotherapi neu, mewn ychydig iawn o achosion, llawdriniaeth yn unig neu gemotherapi'n unig.

Diagnosis → Llawdriniaeth → Chemotherapi

Diagnosis → Chemotherapi → Llawdriniaeth → Chemotherapi

Diagnosis → Chemotherapi

Diagnosis → Llawdriniaeth

Mae canllawiau'n mynnu fod pob menyw gyda diagnosis o ganser yr ofari yn derbyn cynnig o wybodaeth, gan gynnwys gwybodaeth ysgrifenedig, am driniaeth. Dengys Tablau 4 a 5 fod menywod yng Nghymru yn derbyn gofal a sylw rhagorol gan staff meddygol o ran esbonio eu diagnosis a'u triniaeth, ond maent yn dangos, yn ogystal, nad yw nifer sylweddol o fenywod yn derbyn gwybodaeth ysgrifenedig yn ogystal ag esboniad llafar.

O ystyried y doreth o wybodaeth y mae cleifion yn aml yn wynebu gorfod ei darllen a'i deall ar adeg heriol iawn, mae gwybodaeth ysgrifenedig yn bwysig oherwydd mae'n rhoi rhywbeth iddynt allu cyfeirio nôl ato.

Tabl 4. Menywod sy'n adrodd bod eu diagnosis a'u triniaeth wedi cael eu hesbonio iddynt mewn ffordd y gallent ei deall

Esboniwyd y diagnosis mewn ffordd y gallai menywod ei deall (canran)	75
Esboniwyd llawdriniaeth mewn ffordd y gallai menywod ei deall (canran)	85
Esboniwyd cemotherapi mewn ffordd y gallai menywod ei deall (canran)	96

Tabl 5. Menywod sy'n adrodd y rhoddwyd gwybodaeth ysgrifenedig iddynt wrth dderbyn diagnosis ac yn ystod triniaeth

Gwybodaeth ysgrifenedig pan rhoddwyd y diagnosis (canran)	52
Gwybodaeth ysgrifenedig cyn llawdriniaeth (canran)	63
Gwybodaeth ysgrifenedig cyn cemotherapi (canran)	88



Mae treialon clinigol yn cynnig cyfle i fenywod gyrchu cyffuriau cancer newydd, gwella eu dealltwriaeth o'r clefyd a dewisiadau triniaeth, a chyrchu gofal o'r ansawdd gorau. Dengys ymchwil fod gan y rhai sy'n cymryd rhan mewn treialon clinigol gyfraddau goroesi gwell, ni waeth p'un ai ydynt yn derbyn y driniaeth newydd neu'r driniaeth safonol.¹¹

Yng Nghymru, gofynnwyd i 35 y cant o fenywod gyda chanser yr ofari a hoffent gymryd rhan mewn treial clinigol ac roedd 21 y cant wedi ymuno â threial. Dangosodd canfyddiadau'n ogystal fod y mwyafrif o fenywod (74 y cant) yn barod i deithio i ysbyty arall er mwyn cymryd rhan mewn treial clinigol.



Cefnogaeth

Mae Nyrsys Clinigol Arbenigol (CNSs) yno i weithredu fel y prif bwynt cysylltu ar gyfer menywod gyda chanser yr ofari, goruchwyllo eu gofal cyffredinol a chynnig cyngor a chefnogaeth. Adroddodd 93 y cant o fenywod gyda chanser yr ofari yng Nghymru eu bod yn gallu cyrchu CNS.

Lles meddyliol a delwedd y corff

Ar wahân i'r goblygiadau corfforol o ddiagnosis o ganser yr ofari, mae dioddef canser a'r driniaeth sydd ymhlyg wrtho'n gallu effeithio ar les meddyliol menyw ac ar ei delwedd o'i chorff a'i hyder.

Lles meddyliol

Mae 79 y cant o fenywod gyda chanser yr ofari sy'n byw yng Nghymru'n adrodd am brofi anhwylder meddwl (gan gynnwys iselder, pryder, straen, hwyliau isel a hwyliau orlog) ers derbyn diagnosis o ganser yr ofari. Mewn cyferbyniaeth, dim ond 31 y cant o fenywod ddywedodd bod unrhyw un a fu'n gyfrannog yn eu triniaeth wedi trafod eu lles meddyliol gyda nhw.

Delwedd y corff a rhywioldeb

Mae llawer o fenywod yn cael trafferthion gyda'u delwedd o'u corff ar ôl cael triniaeth ac wrth ailgychwyn agosatrwydd rhywiol. Dywedodd 62 y cant o fenywod gyda chanser yr ofari yng Nghymru eu bod wedi dioddef o golli hunan-barch, adroddodd 55 y cant o fenywod am anawsterau gydag agosatrwydd rhywiol ac adroddodd 63 y cant am ostyngiad mewn ysfa rywiol.

Dychweliad

Ni thrafodir symptomau posibl o ganser yr ofari'n dychwelyd gyda llawer o fenywod ar ôl iddynt gwblhau eu triniaeth. Dywedodd 50 y cant o fenywod gyda chanser yr ofari sy'n byw yng Nghymru nad oedd neb wedi siarad yn fanwl â nhw am symptomau canser yr ofari'n dychwelyd. Ar yr un pryd, dywedodd 55 y cant o fenywod bod angen cymorth arnynt i ymdopi â'r ofn o'r canser yn dychwelyd.

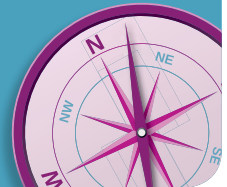
Dengys y canfyddiadau yn y tudalennau blaenorol beth sy'n gweithio wrth roi diagnosis o, a thrin, cancer yr ofari yng Nghymru, ond maent yn dangos yn ogystal lle mae angen gwneud mwy, gan gynnwys yn y meysydd canlynol:

Ymwybyddiaeth

Y cam cyntaf wrth sicrhau fod mwy o fenywod yn derbyn diagnosis cynharach a bod ganddynt y siawns orau bosib o oroesi yw sicrhau eu bod yn gwybod am ba symptomau i edrych a phwysigrwydd gweithredu ynghylch y rhain.

Gweithred

Llywodraeth Cymru i gomisiynu ymgyrch ymwybyddiaeth ar gyfer y cyhoedd sy'n cynnwys symptomau cancer yr ofari fel bod menywod yn gwybod am ba symptomau i edrych a pha mor bwysig yw mynd at y Meddyg Teulu.

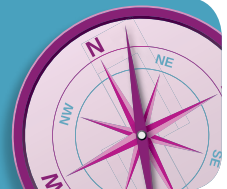


Diagnosis

Mae'r canolfannau diagnostig cancer newydd sy'n cael eu treialu ym Myrddau Iechyd Prifysgol Cwm Taf ac Abertawe Bro Morgannwg yn darparu addewid o gyflymu diagnosis, ond ar hyn o bryd mae gormod o fenywod yn wynebu nifer o ymweliadau â'r Meddyg Teulu cyn cael eu cyfeirio ar gyfer profion diagnostig.

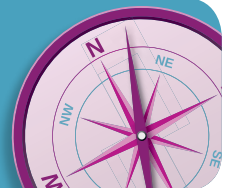
Gweithred

Gwerthuso effaith y cynllun peilot o ganolfannau diagnostig cancer newydd gan gynnwys eu heffaith ar ddiagnosisau cancer yr ofari.



Gweithred

Target Ovarian Cancer i ddyblu'r nifer o Feddygon Teulu sydd wedi cwblhau hyfforddiant achrededig ar ganser yr ofari.

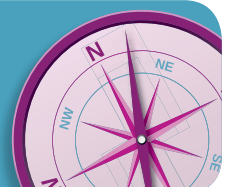


Geneteg

Ymysg y boblogaeth gyffredinol ac ymysg menywod gyda chanser yr ofari, mae ymwybyddiaeth o arwyddocâd geneteg a hanes teuluol yn parhau i fod yn isel. Tra bod Meddygon Teulu yn gwerthfawrogi pwysigrwydd hanes teuluol ar ochr y fam, mae nifer llai o lawer yn gwybod am berthnasedd cydradd hanes teuluol ar ochr y tad.

Gweithred

Target Ovarian Cancer i hyrwyddo gwybodaeth a hyfforddiant ar gyfer Meddygon Teulu gan bwysleisio pwysigrwydd hanes teuluol ar y ddwy ochr.



Gweithred

Target Ovarian Cancer i ddosbarthu ei harweinlyfr rhad ac am ddim ar brofi genetig i ganolfannau cancer Cymru.



Triniaeth

Mae adborth menywod ar sut yr esbonir eu diagnosis a'u triniaeth iddynt yn addawol dros ben, gan ddangos bod y rhan fwyaf o fenywod yn derbyn esboniad o'u triniaeth mewn dull clir a hawdd ei gael.

Rhoddir swm anferth o wybodaeth i fenywod, pan gânt ddiagnosis a thrwy gydol eu triniaeth, ac mae gwybodaeth ysgrifenedig yn hanfodol er mwyn sicrhau y gall menywod gyrchu'r wybodaeth sydd arnynt ei hangen pan fod ei hangen arnynt.

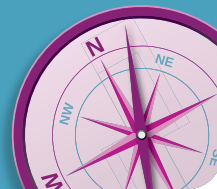
Gweithred

GIG Cymru i sicrhau fod pob menyw'n derbyn gwybodaeth ysgrifenedig pan gaiff ddiagnosis ac ym mhob carreg filltir arwyddocaol arall yn ystod ei gofal a'i thriniaeth.



Gweithred

Target Ovarian Cancer i ddatblygu gwybodaeth sy'n benodol ar gyfer menywod gyda chanseryr ofari sy'n adlewyrchu'r math o ganser a'r cam y maent ynddo yn eu triniaeth.



Treialon clinigol

Trafodir treialon clinigol gyda lleiafrif o gleifion yn unig. Gallai hyn fod yn gysylltiedig â phryderon clinigwyr ynghylch addasrwydd treialon, pa mor bell fyddai'n rhaid teithio neu argaeledd treialon ar yr adeg benodol honno.

Fodd bynnag, mae menywod yn teithio ar draws y wlad, neu yn wir o un wlad i'r llall, er mwyn cyrchu'r treialon diweddaraf, ac mae'n bwysig fod pob menyw'n gwybod am y cyfleoedd a gynigir gan gymryd rhan mewn treialon clinigol. Mewn rhai achosion, mae'n bosibl nad oes unrhyw dreialon addas, ond mae trafod hyn gyda menyw yn ei helpu i ddeall y sefyllfa a bod â dealltwriaeth well o'r dewisiadau sydd ar gael iddi.

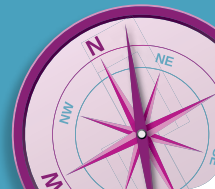
Gweithred

GIG Cymru i sicrhau y rhoddir gwybodaeth am dreialon clinigol a sut i'w cyrchu i bob menyw sydd â chanser yr ofari.



Gweithred

Target Ovarian Cancer i barhau i ddarparu gwybodaeth a anelir at gleifion ynghylch treialon clinigol trwy ei Ganolfan Gwybodaeth Treialon Clinigol Cancer yr Ofari.

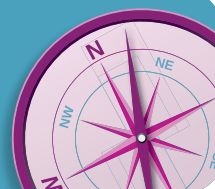


Rhoi cymorth i ymdopi ag ofnau bydd y clefyd yn dychwelyd

Mae dros hanner y menywod yn dweud bod arnynt angen cymorth i ymdopi gyda'r ofn bydd y clefyd yn dod nôl. Y cam cyntaf wrth fynd i'r afael â hyn yw sicrhau y sonnir wrth bob menyw am y symptomau i edrych amdanynt a beth i'w wneud os yw'n pryderu y gallai cancer yr ofari fod wedi dod nôl.

Gweithred

GIG Cymru i sicrhau y trafodir symptomau'r clefyd yn dychwelyd gyda phob menyw gyda chanser yr ofari yn dilyn triniaeth.



Lles meddyliol a delwedd y corff

Mae derbyn diagnosis o, a thriniaeth am, ganser yr ofari yn rhoi nid yn unig straen corfforol ar fenywod, ond straen meddyliol yn ogystal. Mae Pathfinder Cymru'n dangos lefel uchel o angen nad yw'n cael ei ddiwallu ymysg menywod gyda chanser yr ofari mewn perthynas â'u lles meddyliol.

Mae nifer fawr o fenywod gyda chanser yr ofari yn adrodd am anawsterau'n ogystal gyda delwedd y corff ac ailgychwyn agosatrwydd rhywiol yn dilyn triniaeth.

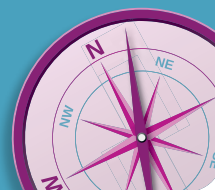
Gweithred

GIG Cymru i sicrhau fod pob menyw gyda chanser yr ofari yn gwybod ble i fynd am gefnogaeth, gan gynnwys cyngori.



Gweithred

Target Ovarian Cancer i fuddsoddi mewn gwasanaethau a chefnogaeth newydd er mwyn helpu diwallu anghenion ehangach menywod gyda chanser yr ofari, gan gynnwys iechyd meddwl a rhywioldeb.





Hoffai Target Ovarian Cancer ddiolch i Sefydliad Peter Sowerby y bu eu haelioni caredig yn fodd i wneud yr ymchwil hon yn bosibl.

Hoffem ddiolch hefyd i bawb a gymerodd amser i gwblhau'r arolygon sy'n rhan annatod o Pathfinder; ni fedrem fod wedi cyflawni hyn heb eich gwaith.



Panel Ymgynghorol Pathfinder

Mae'n rhaid i ni ddiolch yn arbennig i Banel Ymgynghorol Pathfinder, sy'n cynrychioli pob rhan o'r DU ac sy'n cynnwys unigolion gydag ystod eang o brofiad, yn bersonol ac yn broffesiynol, mewn cancer yr ofari.

Cadeirydd

Yr Athro Michael Peake, Arweinydd Clinigol y Gwasanaeth Cenedlaethol Cofrestru a Dadansoddi Cancer; Athro Er Anrhydedd Meddygaeth Anadlol, Prifysgol Caerlŷr; Meddyg Ymgynghorol Anadlol Er Anrhydedd, Ysbytai Prifysgol Caerlŷr; ac Athro Er Anrhydedd Meddygaeth Anadlol, Ysbyty Coleg y Brifysgol, Llundain.

Aelodau

- Sarah Burton, Nyrs Arbenigol Glinigol Oncoleg Gynaecolegol yng Nghanolfan Cancer Felindre, Caerdydd
- Dr Ros Glasspool, Cadeirydd Is-gr p Ofaraidd y Sefydliad Ymchwil Cancer Cenedlaethol ac Oncolegydd Meddygol Ymgynghorol yng Nghanolfan Ganser Beatson Gorllewin yr Alban
- Dr Andy Nordin, Llywydd Cymdeithas Cancer Gynaecolegol Prydain a Gynaecolegydd Ymgynghorol yn Ysbyty'r Frenhines Elizabeth Y Fam Frenhines, Dwyrain Caint
- Natalie Percival, Llywydd y Fforwm Cenedlaethol o Nyrsys Oncoleg Gynaecolegol ac Uwch Nyrs Ymarferydd yn Ysbyty Marsden Brenhinol, Llundain
- Yr Athro Debbie Sharp OBE, Athro Gofal Cynradd ym Mhrifysgol Bryste ac aelod o Fwrdd Ymgynghorol Meddyg Teulu Target Ovarian Cancer
- Ann Adair, eiriolwr dros gleifion (Gogledd Iwerddon)
- Christine Mitchell, eiriolwr dros gleifion (Yr Alban)
- Dr Alexandra Cran-McGreehin, eiriolwr dros berthnasau (Yr Alban)
- Paul Shagouri, eiriolwr dros berthnasau (Lloegr)

Ysgrifennwyd yr adroddiad hwn gan Rebecca Rennison o Target Ovarian Cancer.

Seilir Pathfinder Cymru ar dri arolwg gwahanol:

- Menywod yn y boblogaeth gyffredinol
- Meddygon Teulu gweithredol
- Menywod gyda chanser yr ofari

Ymwybyddiaeth ymysg menywod yn y boblogaeth gyffredinol

Defnyddiwyd y Mesur Ymwybyddiaeth o ganser yr ofari, erfyn wedi'i ddilysu, i fesur ymwybyddiaeth o ganser yr ofari ymysg menywod yn y boblogaeth gyffredinol.¹²

Cynhaliwyd cyfweiliadau teleffon rhwng 5 Chwefror ac 1 Mawrth 2016. Defnyddiwyd dull samplu ar hap o ddeialu digidau gan gynnwys 25 y cant o rifau ffonau symudol er mwyn lleihau unrhyw duedd oedran (oherwydd mae menywod ifancach yn llai tebygol o fyw mewn llety gyda llinell tir). Cyfranogodd cyfanswm o 101 o fenywod sy'n byw yng Nghymru yn yr arolwg a 1,343 o fenywod ar draws y DU yn ei chyfarwydd.

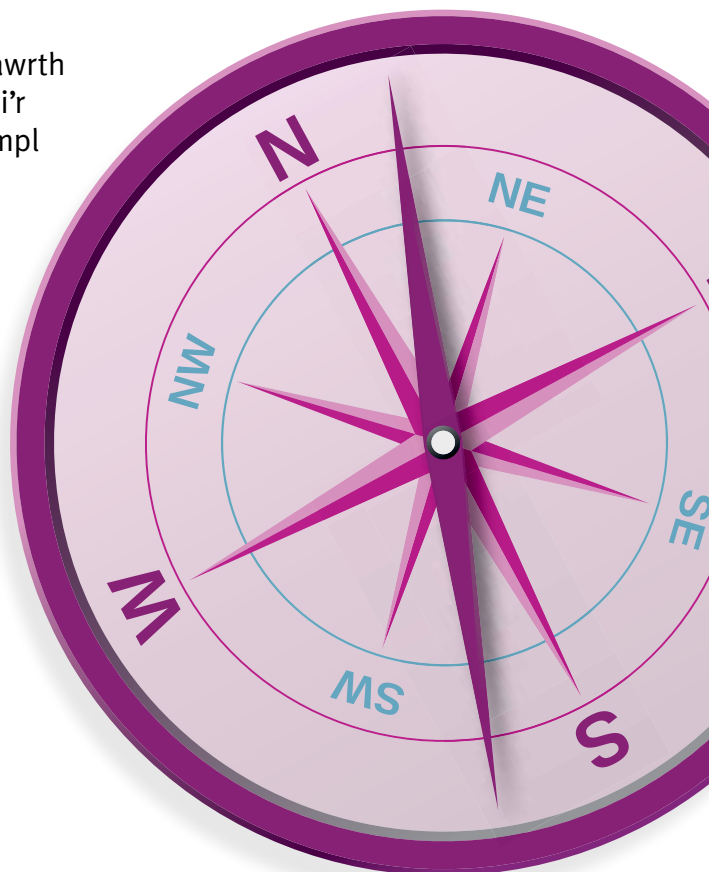
Gwnaethpwyd yr ymchwil gan Opinion Leader sy'n aelod o'r Cynllun Rheoli Ansawdd Cyfwelwyr ac sy'n meddu ar achrediad y Gymdeithas Safonau Ansawdd Ymchwil Farchnad. Cynhaliwyd yr holl ymchwil gan eu tîm ymchwil teleffon mewnol.

Gwybodaeth a phrofiad ymysg Meddygon Teulu gweithredol

Defnyddiwyd arolwg o Feddygon Teulu gweithredol ar draws y DU i fesur ymwybyddiaeth a phrofiad Meddygon Teulu o ganser yr ofari.

Cynhaliwyd yr arolwg ar-lein rhwng 26 Chwefror a 5 Mawrth 2016 ac fel cydnabyddiaeth o'u hamser, talwyd ffi fach i'r Meddygon Teulu am fod yn gyfrannog. Cymerwyd y sampl o aelodaeth Doctors.net sy'n rhad ac am ddim ac sy'n galluogi meddygon i gyrchu fforymau, Datblygiad Proffesiynol Parhaus ac adnoddau ehangach. Cyrchir Doctors.net gan oddeutu un o bob tri o Feddygon Teulu'r DU. Dangoswyd y cyfle i gymryd rhan i Feddygon Teulu sy'n weithredol ar hyn o bryd yn y DU ar y dudalen glanio yn dilyn cofrestru, ac yn ystod ychydig ddyddiau olaf yr arolwg ymddangosodd fel hysbysiad naid er mwyn eu hannog i'w gwblhau cyn y dyddiad terfyn. Cwblhaodd cyfanswm o 30 Meddyg Teulu sy'n weithredol yng Nghymru'r arolwg a 504 Meddyg Teulu ar draws y DU yn ei chyfarwydd.

Gwnaethpwyd yr ymchwil gan medeConnect y mae eu cynulleidfya ymchwil yn rhychwantu ystod eang o weithwyr iechyd proffesiynol yn y DU ac yn fyd-eang. Cafodd ei gynnal fel arolwg pwrpasol.



Menywod gyda chanser yr ofari

Holodd yr arolwg o fenywod gyda chanser yr ofari am brofiad menywod o symptomau, drwodd i ddiagnosis a thriniaeth. Roedd yr arolwg yn agored i bob menyw gyda chanser yr ofari a gafodd ddiagnosis ers 2010 ac sy'n byw yn y DU ar hyn o bryd (oddeutu 900 yng Nghymru a 16,000 ar draws y DU yn ei chyfanrwydd).

Cynhaliwyd yr arolwg ar-lein o 1 Ebrill i 14 Awst 2016. Cafodd ei hyrwyddo trwy wefan Target Ovarian Cancer, rhestr bostio ddigidol a chyfryngau cymdeithasol. Anfonwyd cardiau post hyrwyddo i bob uned a chanolfan ganser ar draws y DU a phostiwyd copiâu ar bapur i'r menywod hynny yng nghronfa ddata Target Ovarian Cancer yng Ngogledd Iwerddon, Yr Alban a Chymru nad oeddent wedi derbyn y neges ddigidol, er mwyn helpu cynyddu'r gyfradd ymateb yn y cenhedloedd hyn. Cyfranogodd cyfanswm o 29 o fenywod gyda chanser yr ofari sy'n byw yng Nghymru yn yr arolwg a 396 o fenywod ar draws y DU yn ei chyfanrwydd.



1. Uned Gwybodaeth a Gwyliadwraeth Cancer Cymru (2017) Nifer yr achosion.
2. Rhwydwaith Cancer Cymru (2016) Cynllun gweithredu cancer i Gymru 2016-2017.
3. Pwyllgor Deisebau (2017) Cefnogi sgrinio blynyddol ar gyfer cancer yr ofari – adroddiad ynghylch ystyried deiseb.
4. Cynulliad Cenedlaethol Cymru (2017) Cofnod trafodion.
5. Uned Gwybodaeth a Gwyliadwraeth Cancer Cymru (2017) Goroesi.
6. Uned Gwybodaeth a Gwyliadwraeth Cancer Cymru (2017) Marwoldeb.
7. Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (2011) Cancer yr ofari: adnabyddiad a rheolaeth gychwynnol o ganser yr ofari. Canllawiau clinigol 122.
8. Zhang, S. et al (2011) Frequencies of BRCA1 and BRCA2 mutations among 1,342 unselected patients with invasive ovarian cancer. *Gynaecologic Oncology* 121(2):353-357.
9. Target Ovarian Cancer (2016) Profi genetig a chanser yr ofari etifeddol: canllaw i fenywod gyda chanser yr ofari a'u teuluoedd.
10. Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (2011) Cancer yr ofari: adnabyddiad a rheolaeth gychwynnol o ganser yr ofari. Canllawiau clinigol 122.
11. Du Bois, A. et al (2005) Pattern of care and impact of participation in clinical studies on the outcomes in cancer yr ofari. *International Journal of Gynaecological Cancer*, 15: 183-191.
12. Mae Mesur Ymwybyddiaeth o Ganser yr Ofari'n erfyn wedi'i ddilysu a seiliwyd ar y Mesur Ymwybyddiaeth o Ganser ehangach a ddatblygwyd gan Cancer Research UK, Coleg y Brifysgol Llundain, Coleg y Brenin Llundain a Phrifysgol Rydychen.
13. Rhwydwaith Cenedlaethol Gwybodaeth Cancer (2010) Cyffredinoldeb cancer un, pum a deng mlynedd gan y Rhwydwaith Cancer, DU, 2006.

Gall cancer yr ofari fod yn hynod ddistrywiol. Mae'n lladd 11 o fenywod bob dydd yn y DU ac mae'r cyfraddau goroesi yn y DU ymhlith y rhai gwaethaf yn Ewrop. Ond mae gobaith yn bodoli – **Target Ovarian Cancer**.

Ni yw'r awdurdod ar ganser yr ofari. Rydym yn gweithio gyda menywod, aelodau o'u teuluoedd a gweithwyr iechyd proffesiynol er mwyn sicrhau ein bod yn targedu'r meysydd sydd o'r pwys mwyaf ar gyfer y rheiny sy'n byw ac yn gweithio gyda chanser yr ofari.

Fel elusen cancer yr ofari arweiniol y DU rydym yn gweithio i wella diagnosis cynnar, yn ariannu ymchwil sy'n arbed bywydau ac yn darparu cefnogaeth gwirioneddol angenrheidiol ar gyfer menywod sydd â chanser yr ofari. Ni yw'r unig elusen sy'n brwydro yn erbyn cancer yr ofari ym mhob un o'r tair agwedd hon, ar draws pob un o bedair cenedl y DU.



-  2 Angel Gate, London, EC1V 2PT
-  020 7923 5470
-  info@targetovariancancer.org.uk
-  targetovariancancer.org.uk
-  facebook.com/TargetOvarianCancer
-  @TargetOvarian

©Target Ovarian Cancer 2017

Mae Target Ovarian Cancer yn gwmni wedi'i gyfyngu gan warant, a gofrestrwyd yng Nghymru a Lloegr (Rhif 6619981).
Swyddfa gofrestredig: 2 Angel Gate, Llundain EC1V 2PT.

Rhifau elusen gofrestredig 1125038 (Cymru a Lloegr)
a SC042920 (Yr Alban).

