

Byddwch yn barod am driniaeth gydag I-EAT

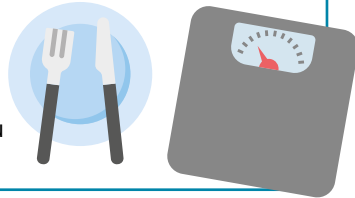
Adnodd i bobl sy'n derbyn triniaeth ar gyfer canser y colon a'r rhefr

Mae problemau bwyta yn gyffredin i bobl â chanser y coluddyn. Yn 2017, ariannodd Gofal Canser Tenovus ein hymchwil am ddieta rheoli pwysau gan bobl â chanser y coluddyn sy'n cael cemotherapi.

Canlyniadau arolwg

Roedd un o bob tri chlaf, 37% (19/52), wedi colli mwy na 5% o bwysau'r corff dros gyfnod o chwe mis. Aseswyd bod mwyafrif y cyfranogwyr, 67% (33/51), mewn perygl o ran maeth (33/51).

Roedd y cyfranogwyr mewn perygl maethol ond nid oeddent yn poeni am eu cymeriant maethol a'u pwysau yn ystod triniaeth.



Canfyddiadau cyfweiliad

Nid oedd cyfranogwyr yr astudiaeth yn cydnabod nac yn gweithredu ar y risg o ddiffyg maeth. Roeddent yn ystyried diet a maeth yn ddibwys, gan ddibynnu ar driniaeth i wella eu clefyd. Canfuwyd bod hunanreoli bwyta a phwysau yn anghyson â chyflawni'r cymeriant maethol a argymhellir gan ganllawiau clinigol ar gyfer pobl sy'n cael cemotherapi.

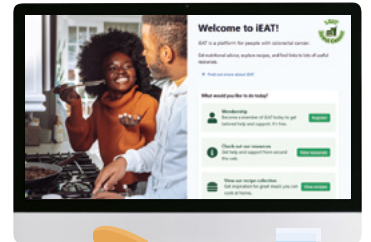
Argymhelliad ymchwil

1. llyfr gwaith i hwyluso cymeriant dyddiol o 25-30 kcal/kg/dydd a 1.2-1.5g o brotein/kg/dydd, gyda chefnogaeth ar gyfer cynllunio a gosod nodau i adeiladu hunanffeithiolrwydd
2. cardiau cyngor gydag awgrymiadau ar gyfer rheoli symptomau effaith maeth
3. offer hunan-fonitro gydag adborth, i gynnwys sbardunau ar gyfer ceisio cymorth proffesiynol
4. amrywiadau offer y gellir eu cyd-lenwi gan y claf a'r gofalwr
5. seicoleg gadarnhaol gwreiddio a thechnegau ymddygiad gwybyddol ar gyfer ymlyniad parhaus

Hopkinson J, Kazmi C, Wheelwright S, et al. (2020) Deiet a rheoli pwysau gan bobl â chanser colorefol anfetastatig yn ystod cemotherapi: ymchwil dulliau cymysg. Canser y colon a'r rhefr. 9(2). DOI: 10.2217/crc-2019-0017

Mae offeryn hunan-fonitro demo o'r enw I-EAT wedi'i ddatblygu

gyda chefnogaeth gwobr Arloesedd i Bawb 2021 Prifysgol Caerdydd. Mae'n cynnwys awgrymiadau ar gyfer pryd i geisio cymorth gan weithiwr iechyd proffesiynol.



Mae clinigwyr sydd wedi profi'r demo I-EAT gan ddefnyddwyr yn ei ddisgrifio fel offeryn hunanreoli deinamig sy'n ategu arfer clinigol cyfredol. Maen nhw'n cynghori:

Mae I-EAT yn offeryn hunan-sgrinio/rheoli diet a maeth sydd ei angen a allai hwyluso hunan-fonitro symptomau a cheisio cymorth priodol.

Mae gan I-EAT rôl bwysig i'w chwarae o ran gwella dealltwriaeth cleifion o ddieta a maeth trwy ddarparu gwybodaeth gywir, hygyrch a chredadwy.

Mae rhyngwyneb defnyddiwr I-EAT yn hawdd ei ddefnyddio. Mae symbolau a graddfeydd personolegig yn cyfrannu at ddefnyddioldeb ynghyd â mynediad parod at adnoddau megis ryseitiau.

Offeryn addysgol rheng flaen yw I-EAT sy'n helpu cleifion i wneud dewisiadau hunanofal maeth a diet gyda sbardunau ar gyfer gwybod pryd i geisio cyngor proffesiynol.

Gall siartiau a graffiau a gynhyrchwyd gan y claf I-EAT sy'n mapio profiad symptomau a chymeriant bwyd dros amser helpu cleifion i gofio a llywio penderfyniadau clinigol.

Cwestiynau a godwyd:

Baich claf? Ymgysylltu parhaus?

➔ Angen profion defnyddiwr cleifion.

E-bost: I-EAT@cardiff.ac.uk