**Diweddariad E-Gylchlythyr Gwirfoddolwyr gan Marian Williams (Reolwr Rhanbarthol Gogledd Cymru) Mai 2022.**

Helo, pwy sy'n mwynhau'r heulwen a lliwiau hyfryd y Gwanwyn? Rydw i wrth fy modd!

**Diweddariad Grwpiau**

Grwp Llandudno – Dydd Llun cyntaf am 11yb

Grwp Abergele – Trydydd Dydd Llun am 1.30ph

Grwp Pwllheli – Dydd Gwener cyntaf am 1ph

Grwp Llangollen – Pedwerydd Dydd Llun am 11yb

Grwp Aberystwyth – Pedwerydd Dydd Mercher am 11yb

Grwp Y Trallwng – Ail a Phedwerydd Dydd Mawrth am 2ph

Grwp Drenewydd – Dydd Llun Cyntaf am 2ph

Grwp Dolgellau – Trydydd Dydd Mercher am 1.30ph

Grwp Holyhead – Trydydd dydd Mawrth am 1ph

Grwp Dre-Bangor – Ail Dydd Llun am 1ph

Grwp Harlech – Pedwerydd Dydd Iau am 1.30ph

**Galwadau Grŵp Cymdeithas Facwlaidd Cymru Gyfan**

Gan fod mwyafrif y grwpiau yng Nghymru yn ailddechrau cyfarfodydd wyneb yn wyneb, rydym wedi sefydlu **pedair galwad ffôn Cymru Gyfan** wythnosol i helpu'r rhai na allant ddod i gyfarfodydd wyneb yn wyneb. Cofiwch ddweud wrth eich aelodau am y Galwadau Grŵp Cymru Gyfan.

Dydd Mercher cyntaf bob mis am 11am – Saesneg

Ail ddydd Mercher bob mis am 2pm – Cymraeg yn Unig

Trydydd dydd Mercher bob mis am 2pm – Saesneg

Pedwerydd dydd Mercher bob mis am 11am – Saesneg

Bydd y rhain yn cael eu cynnal gan Adele Francis (De Cymru) a Marian Williams (Gogledd Cymru). Mae croeso i chi ymuno â'r galwadau hyd yn oed os ydych chi’n mynychu'r cyfarfodydd wyneb yn wyneb ac angen rhagor o wybodaeth.

**DIWEDDARIAD YMCHWIL - Treialu cyffur ar gyfer AMD sych**

Gall cyffur sy'n cael ei dreialu ar gyfer dirywiad macwlaidd sych sy'n gysylltiedig ag oedran (AMD) leihau cynnydd y clefyd yn sylweddol, yn ôl astudiaethau newydd.

Mae treialon cam tri wedi dangos bod pigiadau gyda chyffur o'r enw pegcetacoplan wedi arwain at ostyngiad sylweddol yng nghyfradd dirywiad macwlaidd y celloedd.

Adeiladodd yr astudiaethau gan Apellis Pharmaceuticals ar ymchwil blaenorol a ddangosodd bod AMD sych yn gysylltiedig â'r system ategu ac ymateb imiwn gorfywiog sy'n niweidio'r llygaid. Mae pegcetacoplan yn atalydd system ategu, sy'n golygu ei fod yn anelu at atal yr ymateb hwn rhag digwydd a niweidio celloedd a meinwe iach.

Roedd yr astudiaethau'n cynnwys dau dreial clinigol cam tri (DERBY ac OAKS) yn cynnwys mwy na 1,250 o gleifion gydag AMD sych cyfnod hwyr, y cyfeirir ato'n aml fel atroffi daearyddol (GA). Fel rhan o'r treialon roedd rhai cleifion yn derbyn pigiadau misol, tra oedd eraill yn eu derbyn bob yn ail fis.

Yng nghanlyniadau cyfunol y ddau dreial, dangosodd y cleifion a dderbyniodd y cyffur bob mis ostyngiad o hyd at 21% yn natblygiad y clefyd ar ôl 18 mis, tra bod y rhai a gafodd eu chwistrellu bob yn ail fis wedi profi gostyngiad o 17%.

Dywedodd Jeffrey S. Heier, prif ymchwilydd astudiaeth DERBY gan Ymgynghorwyr Offthalmig yn Boston: “Mae'n gyffrous gweld y data cadarnhaol hyn gyda pegcetacoplan, a ddangosodd effeithiau parhaus a allai wella dros amser. Mae’r canlyniadau 18 mis hyn yn darparu tystiolaeth bellach bod pegcetacoplan yn arafu datblygiad y clefyd yn ystyrlon a bod ganddo’r potensial i gadw’r golwg am gyfnod hirach.” Canfu'r astudiaeth hefyd bod pegcetacoplan yn gyffredinol ddiogel ac yn cael ei oddef yn dda gan y rhai a gymerodd ran yn y treial.

Bydd canlyniadau'r astudiaethau’n cael eu cyflwyno i Weinyddiaeth Bwyd a Chyffuriau (FDA) yr Unol Daleithiau i'w hadolygu erbyn diwedd mis Mehefin 2022, gyda'r gobaith y bydd y cyffur yn cael ei drwyddedu i'w ddefnyddio yn UDA.

**Ymchwilwyr yn datgelu mwy am gyffur newydd posibl ar gyfer AMD**

Bydd ymchwilwyr sy'n gweithio ar driniaeth newydd a allai atal dirywiad macwlaidd sych sy'n gysylltiedig ag oedran (AMD) rhag datblygu'n wlyb yn datgelu mwy o fanylion am y cyffur ym mis Ebrill.

Yn ystod y tair blynedd diwethaf mae Dr Whiteford a'i dîm ym Mhrifysgol Queen Mary yn Llundain wedi bod yn profi diogelwch y cyffur y canfuwyd ei fod yn atal tyfiant gwaedlestri yng nghefn y llygaid, fel rhan o brosiect a ariannwyd gan y Gymdeithas Facwlaidd.

Nodweddir AMD gwlyb gan ffurfio gwaedlestri newydd abnormal yn ddwfn y tu mewn i'r llygad. Pan fydd y rhain yn gollwng hylif a gwaed i'r llygad, mae celloedd yn cael eu niweidio a golwg yn cael ei golli. Mae’r triniaethau presennol yn cynnwys cyffuriau gwrth-VEGF, sy'n cael eu chwistrellu'n rheolaidd i'r llygad. Er bod y triniaethau hyn yn llwyddo i ohirio datblygiad AMD gwlyb, nid yw pob claf yn ymateb iddynt. Nod tîm Dr Whiteford yw datblygu therapi amgen sy'n gweithio trwy atal y gwaedlestri newydd rhag ffurfio.

Mae'r tîm wedi profi mewn profion cyn-glinigol y gall protein penodol atal y broses y mae gwaedlestri newydd yn ei defnyddio i ffurfio ac maent bellach yn gweithio tuag at dreialon clinigol dynol.

Os hoffech chi gael rhagor o wybodaeth am unrhyw un o’r pynciau a godwyd yn y cylchlythyr, cysylltwch â mi ar 07495 054053 neu gallwch ffonio’r rhif Cyngor a Gwybodaeth ar 0300 3030 111.

Dymuniadau gorau, Marian.