Mae angen mwy o gefnogaeth ar bobl sydd ar wrthiselyddion : Mind

Mae ymchwil gan Mind yn dangos nad yw pobl yn cael digon o wybodaeth am sgil effeithiau.

Mae Mind wedi galw am gefnogaeth well i bobl sy'n cymryd gwrthiselyddion i'w helpu i ymdopi â'r effaith ar berthnasau, gwaith a bywyd cymdeithasol, gan fod dadansoddiad newydd o ymchwil yr elusen o 2012 yn cael ei gyhoeddi yng nghylchgrawn *Psychiatry Research* y mis hwn.

Mae'r ymchwil, sy'n seiliedig ar arolwg o dros 1,000 o bobl sy'n cymryd gwrthiselyddion, yn dangos bod bron dau-draean (60%) o bobl sy'n cymryd gwrthiselyddion yn teimlo bod y feddyginiaeth yn effeithio ar o leiaf un o bum maes allweddol yn eu bywydau: eu bywyd rhywiol; gwaith neu astudiaethau; bywyd cymdeithasol; perthnasau agos; ac annibyniaeth.

Teimlodd llai na hanner (48%) yr ymatebwyr iddynt gael digon o wybodaeth am sgil effeithiau eu meddyginiaeth gan y gweithiwr iechyd proffesiynol a ragnododd y feddyginiaeth iddynt.

Dywedodd Stephen Buckley, Pennaeth Gwybodaeth Mind: "Mae mwy o bobl yn cymryd gwrthiselyddion nag erioed o'r blaen ac, er y gallant fod yn effeithiol i drin iselder, gall y sgil effeithiau gael effaith fawr ar ansawdd bywydau pobl.

Darllen rhagor : Mind