EDWARD DAVIES yn trafod hen feddyginiaethau

CYMORTH CYNTAF Y CYN-DEIDIAU

PAN gychwynnodd yr *homo sapiens* cyntaf gerdded ar ddwy goes yn hytrach na symud ar ei bedwar roedd yn agored i lawer o ddamweiniau. Nid oedd ei gorff wedi ei lunio i sefyll yn unionsyth, ac fe gymerodd amser maith iddo addasu i'w stad newydd.

Nid oes unrhyw amheuaeth fod clwyfau a thoresgyrn yn peri llawer mwy o drafferth iddo na heintiau, oherwydd dengys hanes mai ffyniant trefi a dinasoedd gyda phobl yn heidio at ei gilydd, ac yn arwain i ddatblygiad masnach ar raddfa eang fu'n gyfrifol am blâu mawr y byd.

Gellir rhannu prif broblemau cymorth cyntaf i bedwar dosbarth: clwyfau, gwaedlif, toresgyrn ac anadlu.

Yr hyn a olygir wrth glwyf ydyw toriad annormal yn y croen neu unrhyw feinwe arall, sydd fel arfer yn achosi gwaedlif ac yn gollwng bacteria i'r corff.

Croniclodd *papurws Ebers* (1500CC) arferion meddygol yr Eifftiaid cyn gynhared â phymtheg i ugain o ganrifoedd cyn oes Crist, ac un cyngor ynddo at drin clwyfau oedd rhoddi braster ychen ar y fan a anafwyd nes iddo grawnio, yna ei drin â phowltis bara haidd sur.

Mae dau lysieuyn a thraddodiad hynafol iawn iddynt yn nhriniaeth clwyfau, un yw dail llydan y ffordd. Canodd y bardd Seisnig, Shentone, am

'llwynhidydd rhesog
Sy'n gwella clwyf y medelwr'.

Mae dros ddau gant o berthnasau agos yn nheulu *Plantago*, ac mae i'r llwynhidydd, *plantago lanceolata*, ddail culion, mewn gwrthgyferbyniad i ddail wyffurf *plantago major*, ac mae'r ddau rywogaeth yn meddu yr un rhinweddau. Dywedir fod dail llydan y ffordd nid yn unig yn gwella clwyfau, ond hefyd yn atal gwaedlif yn y clwyf.

Mae'r un traddodiad yn gysylltiedig â'r llysieuyn arall, milddail, ac mae un enw Cymraeg arno, llysiau gwaedlif yn cyfleu y rhinwedd hwn. Enw Lladin milddail yw *Achillea*; mynn rhai fod Aphrodite wylofus wedi cynghori Achilles i drin ei glwyf â'r dail wedi gwarchae Troia, ond mae eraill yn honni ei fod wedi dysgu am rinwedd milddail yn ystod ei fagwraeth gan Chiron, y dyn-geffyl oedd yn gyfarwydd â holl gyfrinachau meddygaeth.

Yn y dyddiau gynt priodolwyd rhinwedd arbennig iddo i wella clwyfau rhyfel, a chyfeiriwyd ato fel llysieuyn y milwr neu lysieuyn y marchog.

* * * *

YN AML ymysg llwythau cyntefig, nid oedd clwyfau yn derbyn unrhyw driniaeth amgen nag adrodd rhyw lith swynol drosto.

Yn yr Aifft rhoddid cig ffres ar y clwyf y diwrnod cyntaf, triniaeth effeithiol pan fyddai gwaedlif oherwydd gellid rhoddi pwysedd grymus ar y clwyf, ac yn ychwanegol cynhwysai'r cig sylweddau gwaedataliol.

Yn aml defnyddid plygion o lin gyda bara sur ar y clwyfau; tybed fod yna elfennau gwrthfiotecol yn y bara sur?

Mae'n amheus a oedd yr Eifftiaid yn pwytho clwyfau, ond o India ceir disgrifiad yn llyfr meddygol *Susruta* (5ed ganrif O.C.) o arferiad diddorol o gau clwyfau yn y bol trwy ddefnyddio morgrug gwynion i frathu drwy ymylon y clwyf wedi eu tynnu at ei gilydd, yna torri pennau'r morgrug ymaith gan adael eu genau fel clamp ar y clwyf.

Cyfeiriwyd eisoes at ran dail llydan y ffordd a milddail mewn trin clwyfau. Caent eu paratoi fel powltis neu eli.

Y ffordd arferol o baratoi eli oedd cleisio'r dail a'u cymysgu â braster ychen, bustach neu fochyn, yna eu berwi, a'u hidlo cyn i'r gymysgedd oeri a chaledu. Yn ddiweddarach defnyddiwyd menyn gwyrdd, sef menyn heb ei halltu.

Roedd nifer o lysiau yn cael eu defnyddio i drin clwyfau; dail carn yr ebol, y friwydd wen, eurwialen, dail y fendigaid, y feddyges las, briwlys a dail poethion, yr olaf yn enwedig pan oedd angen atal gwaedlif.'

* * * *

UN O broblemau pwysicaf cymorth cyntaf yw atal gwaedlif, a bu nifer o ddulliau mewn bri rhyw dro neu'i gilydd. Mae'n debyg fod dyn wedi sylweddoli effeithiolrwydd rhoddi cywasgiad ar y clwyf yn gynnar iawn.

Arferai'r Rhufeiniaid serio â haearn poeth, yr un egwyddor a ddefnyddir gan y llawfeddyg modern gyda'i seriwr trydanol. Ni ellir treiddio ymhell iawn yn hanes meddygaeth heb ddod ar draws dulliau swyngyfareddol.

Yn llyfr Meddygon Myddfai ysgrifennwyd: *'fel hynn y gwnaeth Rhiwallon Feddyg rhag gwaedling i Lograinys Farchog, "saf waed + yn enw'r Tad, saf waed + yn enw'r Mab, saf waed + yn enw'r Ysbryd Glan, gorffwys waed, + yn enw'r Trindawd bendigaid na red weli".'*

Ceir nifer o lithoedd tebyg eu cynnwys ledled Cymru. Roedd ym meddiant Mrs Reynolds, Pembroke House, Croesoswallt lith ac arno y dyddiad 5ed Ebrill, 1842 i'r pwrpas, ac yn diweddu:

'Gorchmynodd Ef i'r dwr atal, a c
ufuddhaodd Iddo.
Ac rwyf i yn deisyfu yn enw Iesu Grist fod y gwaed yn y wythien hon yn atal, fel ac y gwnaeth y dwr pan fedyddiwyd Iesu Grist.'

Mae yna draddodiad ledled Cymru fod rhai pobl detholedig yn gallu atal gwaedlif o bellter heb gyffwrdd y claf. Meddai Mrs Morgan, Llwyn Adda, Talybont ar y gallu rhyfeddol hyd ei marwolaeth mewn cryn oedran yn 1936, ac y mae Evan Isaac yn cofnodi hanes hen ŵr Blaen Brwyno, Ceredigion, yn atal gwaedlif difrifol archoll pen rhyw Richard Jones yng ngwaith mwyn Pen Rhiw, Ystumtuen.

Yn yr Alban a Chernyw credir fod y dalent hon yn etifeddol, ac yn cael ei throsglwyddo o'r tad i'r ferch yn y naill wlad ac o'r fam i'r mab yn y llall.

* * * *

MAE torasgwrn yn ganlyniad cyffredin i ddamwain. Yn y Canol Oesoedd arferid rhwymo dail llysiau'r cwlwm am yr aelod toredig. Mae'n debyg i'r enw Cymraeg yma am *comfrey* darddu o'r gred ei fod yn gwau'r esgyrn at ei gilydd. Mae dail llysiau'r cwlwm yn llydan a gallent fod gymaint â throedfedd o hyd, felly maent yn gymwys i'w rhwymo am aelod.

Roedd teulu Meddygon Myddfai yn adnabyddus ers dechrau'r drydedd ganrif ar ddeg ac roedd eu dull hwy o ddefnyddio llysiau cwlwm yn wahanol. Cymerid y dail a'u cleisio, yna eu cymysgu â mêl a gwin, ac yfed y trwyth am naw niwrnod a'r esgyrn 'hwynt a gyfanant oll yn eu lle'.

Roedd Meddygon Myddfai yn cymell llysiau eraill at wella torasgwrn, rhai fel powdr mesen neu fioled, neu lygad Ebrill.

Roeddynt hefyd yn gyfarwydd â'r angen sylfaenol am wneud aelod toredig yn ansymudol, oherwydd eu blaenoriaeth gyntaf oedd rhwymo'r aelod, yna fe roddid cymysgedd o win, mêl, halen a blawd haidd amdano, ac wrth iddo sychu mae'n debyg ei fod yn caledu. Byddai wedyn yn ffurfio cas heb fod yn annhebyg i blastar Paris.

Tua 1550 CC roedd yr Eifftiaid yn defnyddio cymysgedd tebyg, sef blawd haidd neu flawd ffa, hufen, a mêl i'r un pwrpas. Yn yr un cyfnod roedd sblintiau pren mewn bri yn yr Aifft, ac mae'r enghraifft gynharaf sydd wedi goroesi yn dyddio o'r 5ed llinach frenhinol rhyw 2500 CC. Defnyddiai'r Rhufeiniaid sblintiau.

Ysgrifennodd Celsws, y lleygwr diwylliedig, wyth o gyfrolau meddygol sydd wedi bwrw llawer o oleuni ar gyflwr meddygaeth Rhufain yn y ganrif gyntaf Oed Crist. Mae'n sôn am *canaliculus*, sef sblint gwter (oedd yn cylchu tair ochr i aelod), wedi ei gwneud o gorsenau rattan (*ex ferulo facto*).

* * * *

NI ELLIR gadael unrhyw ystyriaeth o gymorth i'r clwyfedig heb gyfeirio at y flaenoriaeth gyntaf, sef sicrhau fod y claf yn anadlu. Yn chwedegau'r ganrif hon y mabwysiadwyd y dull sydd yn adnabyddus i'r mwyafrif o bobl, dull awyriad o geg i geg.

Gall y dull yma fod yr hynaf a wyddom amdano, ac yn ail lyfr y Brenhinoedd, 4:34, adroddir hanes Elias yn adfywio mab y wraig Sunames, oedd yn ymddangos yn farw, trwy orwedd ar ei gorff a rhoddi ei wefusau ar wefusau'r bachgen.

Gydol y canrifoedd bu dros bedwar ugain o ddulliau adfywio mewn bri. Yn oes Elisabeth I arferai ffisigwyr ffasiynol y cyfnod roddi glyster o fwg baco, dull a gychwynnodd yn wreiddiol ymysg Indiaid Cochion Gogledd America.

Yn y ddeunawfed ganrif gosodwyd sylfaen wyddonol i lawfeddygaeth a'r gŵr oedd yn gyfrifol am hynny oedd John Hunter. Arloesodd mewn llawer maes llawfeddygol, ac yn 1776 darllenodd bapur i'r Gymdeithas Frenhinol ar adfywio personau wedi boddi. Nid oedd yn condemnio defnyddio glyster mwg baco, ond ei ddewis ei hun oedd chwythu aer i mewn i ffroenau'r anafus gyda megin.

Yn flaenorol defnyddiodd Paracelsws ddwy fegin, un ar gyfer pob ffroen, i'r un pwrpas yn yr unfed ganrif ar bymtheg.

Cyhoeddwyd y gwerslyfr cyntaf yn Gymraeg ar driniaeth yr anafus yn 1887, ac ynddo argymellir goglais y tafod bach â phluen. Er hynny roedd nifer o'r dulliau wedi eu sefydlu ar egwyddorion cadarn, ac yn gweithredu trwy gywasgu'r ysgyfaint rhyw ffordd neu'i gilydd.

Gan fod boddi yn rhan anorfod o fywyd y morwr, nid oedd ryfedd i ddull arbennig gael ei fabwysiadu ar y môr, sef rowlio'r truan yn ôl ac ymlaen dros gasgen — gyda rhai canlyniadau boddhaol!

Credaf fod digon o ddewis i'r darllenwr os yw am fentro rhywbeth gwahanol; fy hunan rwyf am aros gyda'r dulliau modern, sydd yn hawdd eu dysgu gan unrhyw un sydd â phedair awr o amser i'w sbario.

NODYN: Cyfeirir yn yr erthygl at lu o blanhigion sydd a'u henwau Cymraeg o bosibl yn amrywio o fro i fro. Gallasai nodi mai *plantain* yw'r enw Saesneg ar 'dail llydan y ffordd' fod o ychydig help.