Hawdd ei Ddeall

Sgrinio Coluddion Cymru
Bowel Screening Wales

Beth os bydd gwaed yn cael ei ganfod yn eich pŵ

F3: Mai 25

GIG CYMRU NHS WALES
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

www.icc.gig.cymru/sgrinio-coluddion

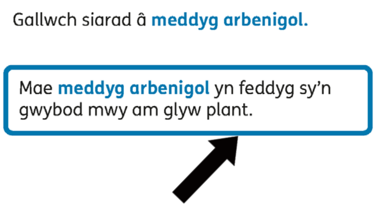
0800 294 3370

Sganiwch yma

Sut i ddefnyddio'r daflen yma

Efallai eich bod angen help a chymorth i ddarllen a deall y daflen yma.

Gofynnwch i rywun rydych chi'n ei adnabod i'ch helpu chi.


Gallwch siarad â **meddyg arbenigol.**

Mae **meddyg arbenigol** yn feddyg sy'n gwybod mwy am glyw plant.

Bydd geiriau anodd yn cael eu hesbonio mewn blwch glas.

Mae'r daflen yma ar gael yn Saesneg.

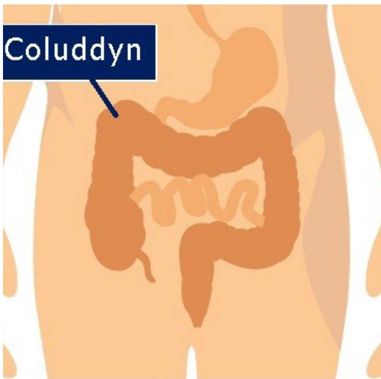
Mae lliw gwahanol ar dop pob tudalen.

Mae hyn yn eich helpu chi i ddod o hyd i beth rydych yn chwilio amdano.

Cynnwys: Beth sydd yn y daflen yma

Am beth mae'r daflen yma?	4
Ynglŷn â chanlyniadau eich prawf	5
Beth sy'n digwydd nesaf?	6
Paratoi ar gyfer y prawf	7
Cael eich prawf	8
Beth sy'n digwydd ar ôl y prawf?	11
Ble galla i gael mwy o wybodaeth?	12
Cadw'n iach	13

Am beth mae'r daflen yma?



Mae'r dafen hon yn dweud wrthych am brawf y gallech fod angen ei gael os bydd gwaed yn cael ei ganfod yn eich pŵ.

Mae'r prawf yn gwirio pam mae gennych waed yn eich pŵ.

Enw'r prawf fydd yn cael ei gynnig i chi yw **colonosgopi**.

Mae **colonosgopi** yn defnyddio tiwb tenau gyda chamera bach ar y pen i edrych tu mewn i'ch coluddyn.

Bydd y prawf hwn yn cael ei wneud yn yr ysbyty.

Ynglŷn â chanlyniadau eich prawf

Mae'r pecyn prawf coluddyn y gwnaethoch chi ei anfon wedi dangos gwaed yn eich pŵ.

Mae'n bwysig darganfod pam mae gennych waed yn eich pŵ.

Beth sy'n digwydd nesaf?

Mae angen i chi ffonio Sgrinio Coluddion Cymru ar 0800 294 3370 i wneud apwyntiad i siarad â nyrs.

Bydd y nyrs yn eich ffonio i siarad am y prawf y byddwch chi ei angen.

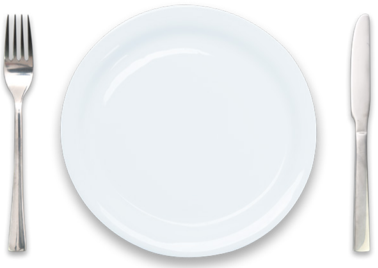
Gall yr alwad ffôn hon bara hyd at awr.

Bydd y nyrs yn gofyn cwestiynau i chi am eich iechyd. Bydd y nyrs hefyd yn gofyn a ydych yn cymryd unrhyw feddyginiaethau.

Efallai y bydd angen i chi ofyn am gymorth gan eich teulu neu'ch gofalwr pan fyddwch chi'n siarad â'r nyrs.

Paratoi ar gyfer y prawf

Bydd y nyrs yn dweud wrthych chi beth sydd angen i chi ei wneud cyn i chi gael y prawf.



Bydd y nyrs yn dweud wrthych chi beth y gallwch ei fwyta a beth na allwch ei fwyta cyn ac ar ôl y prawf.

Byddwch yn cael meddyginiaeth i'w chymryd gartref cyn i chi gael y prawf.

Mae hyn er mwyn sicrhau nad oes pŵ yn eich corff.

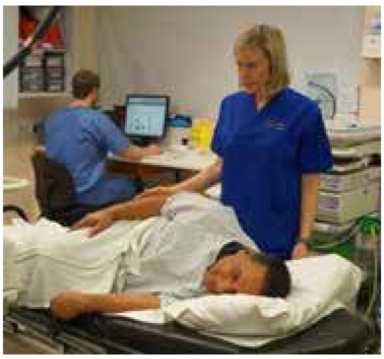
Bydd angen i chi fod ger toiled pan fyddwch yn cymryd y feddyginiaeth gan y bydd yn gwneud i chi angen mynd i'r toiled.

Cael eich prawf

Mae’n bwysig bod rhywun yn dod gyda chi i’r ysbyty.

Byddwch yn yr ysbyty am tua 3 awr.

Bydd y nyrs yn cwrdd â chi ac yn gofyn a ydych chi’n hapus i gael y prawf.



Efallai y cewch rywfaint o feddyginiaeth i’ch helpu i ymlacio.

Mwy am cael eich prawf

Bydd y meddyg yn rhoi'r tiwb yn eich pen-ôl.
Efallai y bydd yn teimlo'n anghyfforddus.

Bydd y meddyg yn gallu gweld y tu mewn i'ch coluddyn a darganfod pam mae gennych waed yn eich pŵ.

Bydd y prawf yn para tua 40 munud.

Beth sy’n digwydd ar ôl y prawf?

Byddwch yn mynd i ystafell i orffwys. Efallai y byddwch yn teimlo braidd yn gysglyd.

Bydd diod a rhywbeth i’w fwyta yn cael eu cynnig i chi.

Bydd y nyrs yn siarad â chi am yr hyn y mae’r prawf wedi’i ddangos. Bydd y nyrs hefyd yn dweud wrthych chi beth fydd yn digwydd nesaf.

Mwy am beth sy'n digwydd ar ôl y prawf?

Dylech allu mynd adref ar yr un diwrnod.

Mae'n bwysig eich bod yn gorffwyso.

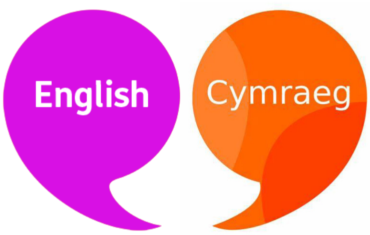
Os ydych chi wedi cael meddyginiaeth i'ch helpu i ymlacio ni fyddwch yn gallu gyrru ar ôl y prawf.

Efallai y bydd angen rhywun arnoch i fynd adref gyda chi ac aros dros nos.

Ble galla i gael mwy o wybodaeth?

Gallwch gysylltu â ni:
0800 294 3370

Gallwch anfon e-bost atom:
sgrinio-coluddion@wales.nhs.uk



Gallwch gysylltu â ni yn Gymraeg neu Saesneg. Bydd yn cymryd yr un faint o amser i'ch ateb, pa bynnag iaith rydych yn ei dewis.

Gallwch ymweld â'n gwefan:
www.icc.gig.cymru/sgrinio-coluddion

Am ragor o wybodaeth a chymorth ewch i:
www.bowelcanceruk.org.uk

Cadw’n iach

Stopio ysmygu. Rydych chi’n gallu cael help am ddim i’ch cefnogi chi i stopio ysmygu.

Ffoniwch Helpwch fi i Stopio ar: 0800 085 2219

Bwyta bwyd iach.

Symud mwy.

Yfed llai o alcohol.

Gallwch chi ymweld â’n tudalen Cadw’n Iach: www.icc.cymru.gig/sgrinio-cadwn-iach

Delweddau drwy garedigrwydd: Photo Symbols, Freepik & Adobe Stock