



GIG
CYMRU
NHS
WALES

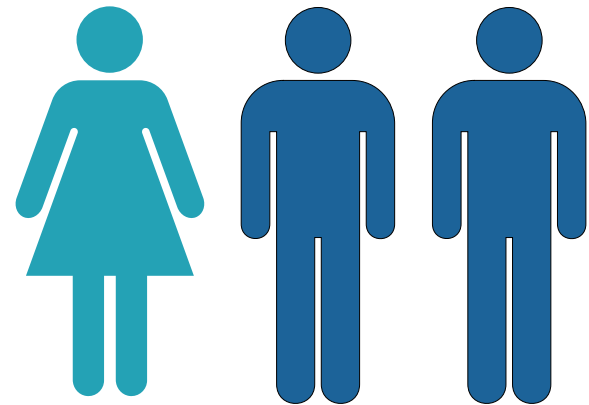
Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Mis Gweithredu Canser y Geg

1 Tachwedd – 30 Tachwedd



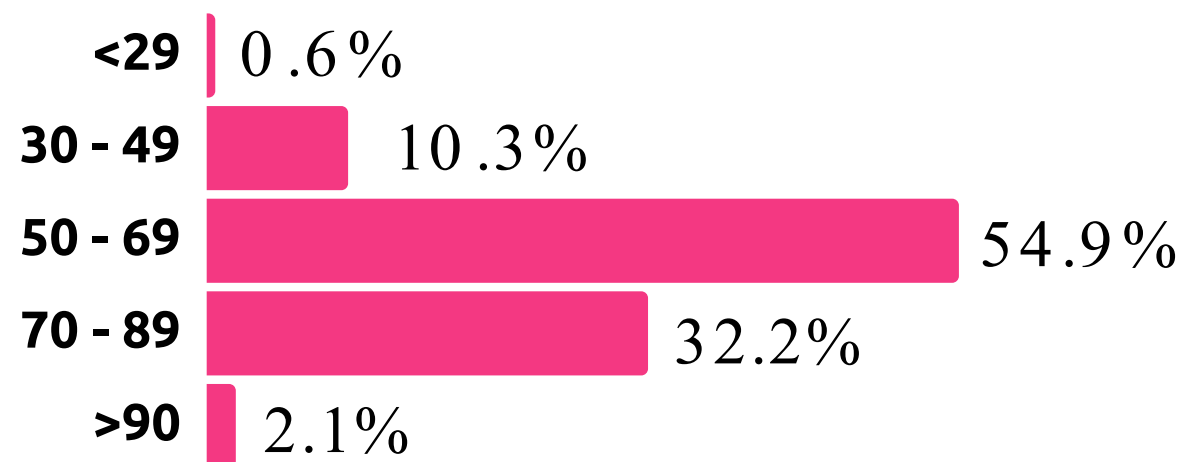
Mae canser y geg ddwywaith yn fwy cyffredin ymhlith dynion na merched



Bob blwyddyn, mae dros 350 o achosion newydd o ganser y geg



Mae canser y geg yn fwy cyffredin ymhlith pobl dros 50 oed



Mae nifer yr achosion newydd o ganser y geg wedi bod yn cynyddu bob blwyddyn ers 2002



Am ragor o ystadegau ynglŷn â chanser yng Nghymru, sganiwch y cod QR



#MisGweithreduCanserYGeg



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

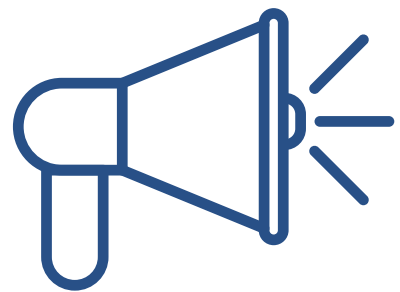
Mis Gweithredu Canser y Geg

1 Tachwedd – 30 Tachwedd

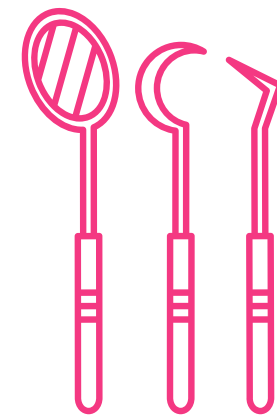


Mae diagnosis cynnar yn hollbwysig i wella cyfraddau goroesi

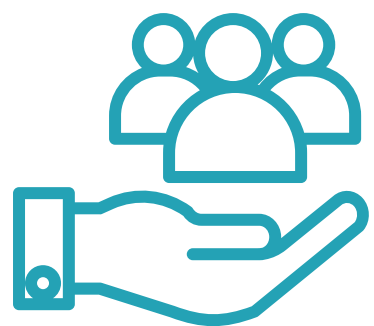
Camau i'w cymryd gan fyrddau iechyd a gweithwyr iechyd:



Gwella ymwybyddiaeth o ganser y geg ymhlith y cyhoedd a gweithwyr gofal iechyd



Cynghori pobl i wneud apwyntiadau rheolaidd gyda'r deintydd hyd yn oed os nad oes ganddynt ddannedd



Cymryd camau ymyrryd byr i bobl sy'n wynebu risg



Sicrhau bod llwybr atgyfeirio brys yn bodoli ar gyfer canser y geg



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Mis Gweithredu Canser y Geg

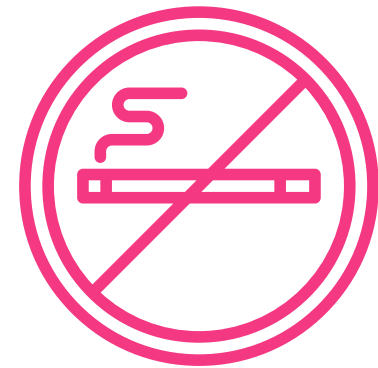
1 Tachwedd – 30 Tachwedd



Mae 90% o achosion o ganser y geg yn gysylltiedig â ffordd o fyw



Yfed llai o alcohol



Stopio smygu neu gnoi tybaco



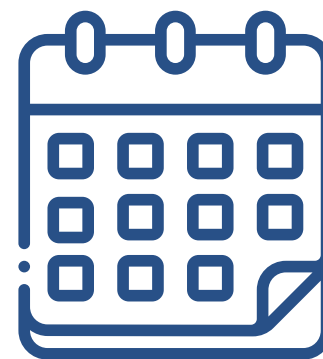
Bwyta'n iach



Defnyddio eli SPF ar wefusau



Ymarfer rhyw ddiogel a sicrhau eich bod wedi'ch imiwneiddio rhag HPV



Edrych ar gyflwr eich ceg bob mis

Am gymorth i stopio smygu, sganiwch y cod QR



#MisGweithreduCanserYGeg



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Mis Gweithredu Canser y Geg

1 Tachwedd – 30 Tachwedd



Symptomau i edrych amdanynt

**Wlser sy'n para mwy
na 3 wythnos**



**Rhannau coch neu
wyn**

**Poen neu drafferth
wrth lyncu**

**Lympiau heb
esboniad**

**Diffyg teimlad heb
esboniad**

Dysgwch sut i
edrych am ganser
y geg gartref



#MisGweithreduCanserYGeg