

Rhestr Wirio Gwiriad Iechyd Blynyddol



Mae'r rhestr wirio yma yn eich helpu i feddwl am eich iechyd a bod yn barod am eich Gwiriad Iechyd Blynyddol.



Llanwch y rhestr wirio **cyn** eich apwyntiad Gwiriad Iechyd Blynyddol



Efallai eich bod eisiau i rywun sydd yn eich adnabod yn dda eich helpu.



Dewch â'r rhestr wirio yma gyda chi os gwelwch yn dda pan fyddwch chi'n dod i gael eich Gwiriad Iechyd Blynyddol chi.



Mae yna rai geiriau anodd yn y rhestr wirio yma. Maen nhw mewn **ysgrifen glas trwm**. Mae beth maen nhw'n feddwl yn y **Geiriau anodd** ar dudalennau 31-35.

Eich enw llawn (enw cyntaf ac enw olaf):	
Eich dyddiad geni:	
Eich cyfeiriad cartref:	
Enw eich prif ofalwr neu weithiwr cefnogi (os oes gennych chi un):	
Enw a rhif ffôn eich gweithiwr cymdeithasol (os oes gennych chi un):	
Dyddiad eich Gwriad Iechyd Blynyddol:	



Oes gennych chi **Gynllun Gweithredu Iechyd**?

Oes ☐ Nac Oes ☐

Os oes gennych chi Gynllun Gweithredu Iechyd, llanwch e a dod ag ef gyda chi i'ch Gwiriad Iechyd Blynnyddol chi.

Fe fydd yr wybodaeth yn y rhestr wirio yma ac unrhyw beth rydych chi'n ei ddweud wrth y meddyg neu'r nyrs yn cael ei gadw yn **gyfrinachol**.

Mae'n bwysig eich bod chi'n dweud y gwir wrthyn ni pan rydych chi'n llenwi'r rhestr wirio yma. A phan rydych chi'n ateb cwestiynau'r nyrs neu'r meddyg yn eich Gwiriad Iechyd Blynnyddol.

Fe fydd hyn yn helpu'r nyrs neu'r meddyg i ddeall eich anghenion iechyd chi. Ac yn ei gwneud yn fwy hawdd i wneud eich Gwiriad Iechyd Blynnyddol yn gywir.

Cyfathrebu



Sut rydych chi'n cyfathrebu fel arfer?

Siarad ☐

Arwyddo ☐

Pwyntio ☐

Symud y pen neu'r llygaid ☐

Defnyddio cymorth cyfathrebu ☐



Pa iaith rydych chi'n ei siarad neu yn ei deall orau?



Dywedwch wrthyn ni am unrhyw help rydych chi ei angen i gyfathrebu neu i ddeall gwybodaeth:



Ydych chi'n gweld **therapydd lleferydd ac iaith**?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Bywyd bob dydd



Oes gennych chi swydd? Neu ydych chi'n gwneud unrhyw **waith gwirfoddol**?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, beth ydy eich gwaith neu **waith gwirfoddol**:



Dywedwch wrthyn ni lle rydych chi'n byw.
Rydw i'n byw:

Ar fy mhen fy hun ☐

Gyda fy mhartner neu gyda fy ffrind ☐

Gyda fy rhieni/teulu ☐

Gyda gofalwr Rhannu Bywydau ☐

Mewn ysgol neu goleg preswyl ☐

Mewn byw gyda chefnogaeth ☐

Mewn cartref gofal ☐

Mewn cartref preswyl ☐



Ydych chi'n ofalwr i rywun arall? Er enghraifft oes gennych chi blant rydych chi'n gofalu amdany'n nhw? Neu ydych chi'n gofalu am rhywun yn eich teulu chi sydd yn sâl neu yn anabl?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Os ydw, dywedwch wrthyn ni pwy rydych chi'n gofalu amdany'n nhw:

Alergeddau



Ydych chi'n **alergaidd** i unrhyw beth? Er enghraifft meddyginiaethau, bwyd neu bigiad gwenyn.

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Os ydw, i beth rydych chi'n **alergaidd**:



Mynd at y meddyg



Ydych chi'n ofnus neu yn poeni am unrhyw beth pan fyddwch chi'n mynd at y meddyg, deintydd neu ysbyty?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni beth sydd yn codi ofn arnoch chi neu yn eich poeni:



Dywedwch wrthyn ni sut rydyn ni'n gallu eich helpu chi i fod yn llai ofnus neu i boeni llai pan fyddwch chi'n dod am eich Gwiriad lechyd Blynnyddol chi:



Ffliw



Ydych chi wedi cael pigiad ffliw neu chwistrelliad trwyn ffliw?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Os ydw, pryd cawsoch chi bigiad ffliw neu chwistrelliad trwyn ffliw ddiwethaf?

Poen



Ydych chi mewn poen?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni am unrhyw boen sydd gennych chi. Er enghraifft:

- lle mae'r boen
- pa feddyginiaeth ydych chi'n ei gymryd ar gyfer y poen
- beth sydd yn gwneud y poen yn well neu yn waeth



Sut mae rhywun yn gwybod eich bod chi mewn poen?

Llygaid



Ydych chi'n gallu gweld yn dda?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Ydych chi'n gwisgo sbectol neu lens llygad?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Pryd wnaethoch chi fynd at **optegydd** i gael prawf llygad ddiwethaf?



Dywedwch wrthyn ni am unrhyw broblemau gyda'ch llygaid chi:

Clustiau



Ydych chi'n gallu clywed yn dda?

Ydw ☐

Nac Ydw ☐



Ydych chi'n gwisgo cynorthwy-ydd clyw?

Ydw ☐

Nac Ydw ☐



Ydych chi'n mynd i weld **awdiolegydd**?

Ydw ☐

Nac Ydw ☐

Os ydw, pryd wnaethoch chi weld
awdiolegydd ddiwethaf?



Dywedwch wrthyn ni am unrhyw broblemau
gyda'ch clustiau chi:

Ceg



Dywedwch wrthyn ni am unrhyw broblemau gyda'ch dannedd, deintgig neu geg chi:



Pryd wnaethoch chi fynd at y deintydd ddiwethaf?

Traed



Dywedwch wrthyn ni am unrhyw broblemau gyda'ch traed chi:



Ydych chi'n gweld **podiatregydd** neu **giropodydd** am eich traed chi?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, pryd wnaethoch chi fynd i weld **podiatregydd** neu **giropodydd** ddiwethaf?



Symud o gwmpas



Ydych chi'n gallu symud o gwmpas yn hawdd ar eich pen eich hun?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Ydych chi'n defnyddio unrhyw beth i'ch helpu chi i symud o gwmpas? Er enghraifft cadair olwyn, offer codi, neu ffon gerdded?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni beth rydych chi'n ei ddefnyddio i'ch helpu chi i symud o gwmpas:



Ydych chi'n gweld **ffisiotherapydd** neu **therapydd galwedigaethol**?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni pam eich bod yn gweld **ffisiotherapydd** neu **therapydd galwedigaethol**:



Dywedwch wrthyn ni pa ymarfer corff ydych chi'n ei wneud:

Alcohol, ysmygu a chyffuriau



Ydych chi'n yfed alcohol?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni faint o alcohol rydych chi'n ei yfed **bob wythnos**:



Ydych chi'n ysmygu?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni faint o sigarets neu sigars rydych chi'n eu hysmygu **bob diwrnod**:



Ydych chi'n cymryd unrhyw dabledi neu feddyginiaethau sydd **ddim** gan eich meddyg chi? Er enghraifft fitaminau, lladdwyr poen neu foddion gweithio.

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni beth rydych yn ei gymryd a pham:



Ydych chi'n cymryd unrhyw gyffuriau anghyfreithlon? Er enghraifft canabis neu gocên.

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni pa gyffuriau rydych chi'n eu cymryd:



Rhyw ac atal cenhedlu



Ydych chi'n cael rhyw?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni pa **ddull atal cenhedlu** rydych chi'n ei ddefnyddio. Er enghraifft **condom**, y **bilsen** neu dim.

Cysgu, teimladau a chof



Ydych chi'n cael problemau gyda chysgu?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni am unrhyw broblemau rydych chi'n eu cael gyda chysgu:



Oes yna newidiadau mawr wedi bod yn eich bywyd chin yn ddiweddar? Er enghraifft:

- Ydych chi wedi symud tŷ?
- Ydych chi wedi symud ysgol, coleg neu swydd?
- Oes rhywun rydych chi'n ei adnabod wedi mynd yn sâl neu wedi marw?

Oes ☐ Nac Oes ☐

Os oes, dywedwch wrthyn ni am y newidiadau mawr yn eich bywyd chi a sut rydych chi'n teimlo am y newidiadau yma:



Ydych chi'n teimlo'n drist neu yn ypset y **rhan fwyaf** o'r amser?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Ydych chi'n mynd yn dig **yn aml**?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Ydych chi'n poeni neu yn teimlo'n bryderus
yn aml?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Ydych chi'n anafu eich hun? Neu ydych
chi'n meddwl am anafu eich hun?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Oes yna unrhyw newid i'ch cof chi? Er
enghraifft ydy hi'n fwy anodd cofio pethau?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Ydych chi'n gweld **seicolegydd** neu
seiciatrydd?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni pam eich bod
chi'n gweld **seicolegydd** neu **seiciatrydd**.



Bwyta ac yfed



Ydych chi'n cael problemau gyda bwyta, yfed neu lyncu?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni am unrhyw broblemau rydych chi'n eu cael gyda bwyta, yfed neu lyncu:



Ydych chi'n gweld **deietegydd**?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Ydy eich pwysau chi wedi newid yn y flwyddyn ddiwethaf? Er enghraifft ydych chi wedi ennill **llawer** o bwysau neu wedi colli **llawer** o bwysau?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Gwneud pŵ neu pi-pi



Ydych chi'n cael unrhyw broblemau i wneud pŵ?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni am unrhyw broblemau rydych chi'n gael i wneud pŵ. Er enghraifft **rhwymedd** neu **ddolur rhydd**:



Ydych chi erioed wedi cael gwaed yn eich pŵ?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Ydych chi'n cael problem i wneud pi-pi?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni am unrhyw broblemau rydych chi'n gael i wneud pi-pi. Er enghraifft angen mynd llawer o weithiau neu cael trafferth i ddechrau pi-pi:



Ydych chi erioed wedi cael gwaed yn eich pi-pi chi?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Ydych chi'n defnyddio **padiau anymataliaeth**?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Ydych chi'n gweld **nyrs anymatalieth**?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

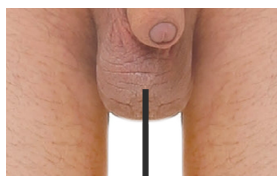


Os ydych hi rhwng 60 a 69 oed ydych chi erioed wedi gwneud prawf **sgrinio coluddion**?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, pryd wnaethoch chi wneud prawf, **sgrinio coluddion** ddiwethaf?

Dynion



Ceilliau

Ydych chi'n edrych ar eich ceilliau i chwilio am lymphiau neu unrhyw newidiadau?

Ydw ☐

Nac Ydw ☐



Ceilliau

Oes gennych chi unrhyw lymphiau neu boen yn eich ceilliau?

Oes ☐

Nac Oes ☐

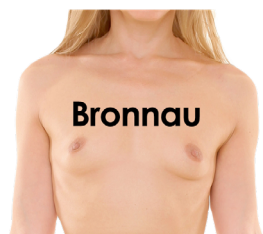


Os ydych chi'n ddyn dros 65 oed ydych chi wedi bod am brawf **sgrinio ymlediad aortaidd yn yr abdomen (AAA)**?

Ydw ☐

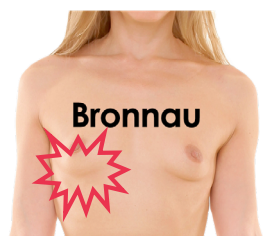
Nac Ydw ☐

Menywod



Ydych chi'n chwilio am lymphiau neu newidiadau yn eich bronnau chi?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Oes gennych chi unrhyw lymphiau neu boen yn eich bronnau chi?

Oes ☐ Nac Oes ☐



Os ydych chi'n fenyw rhwng 50 a 70 oed ydych chi erioed wedi bod am brawf **sgrinio'r fron**?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, pryd wnaethoch chi fynd am brawf **sgrinio'r fron** ddiwethaf?



Os ydych chi'n fenyw rhwng 24 a 64 oed ydych chi erioed wedi bod am brawf **sgrinio serfigol**?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, pryd wnaethoch chi gael prawf **sgrinio serfigol** ddiwethaf?



Ydych chi'n cael misglwyf?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni am unrhyw broblemau gyda'ch misglwyf chi:





Ydych chi'n mynd trwy'r **menopos**? Neu ydych chi'n meddwl eich bod efallai yn dechrau'r **menopos**?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni am unrhyw broblemau rydych chi'n eu cael gyda'r **menopos**:





Croen, gwallt ac ewinedd



Ydych chi'n cael unrhyw broblemau gyda'ch croen, gwallt neu ewinedd chi?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

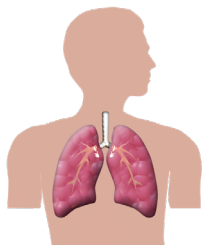
Os ydw, dywedwch wrthyn ni am unrhyw broblemau gyda'ch gwallt, croen neu ewinedd chi:

Anadlu



Oes gennych chi **asthma**?

Oes ☐ Nac Oes ☐



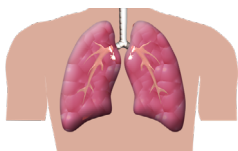
Oes gennych chi **emphysema** neu **clefyd rhwystrol cronig yr ysgyfaint (COPD)**?

Oes ☐ Nac Oes ☐



Ydych chi wedi cael peswch am fwy na 3 wythnos?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Ydych chi wedi cael llawer o heintiadau ar y frest?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐



Ydych chi'n colli'ch anadl chi'n hawdd?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

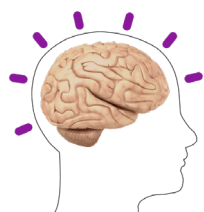


Ydych chi'n cael unrhyw broblemau eraill gyda'ch anadlu chi?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni am unrhyw broblemau eraill gyda'ch anadlu chi:

Ymennydd



Oes gennych chi **epilepsi**?

Oes ☐ Nac Oes ☐

Os oes, dywedwch pa fath o **epilepsi** sydd gennych:





Sawl **ffit** ydych chi'n eu cael **mewn mis**?



Pa feddyginiaethau neu dabledi ydych chi'n eu cymryd ar gyfer eich **epilepsi** chi?



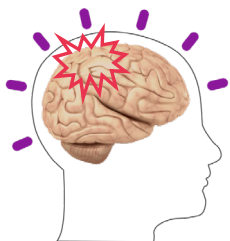
Ydych chi'n gweld meddyg neu ymgynghorydd am eich **epilepsi** chi?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrhyn ni pryd wnaethoch chi weld eich meddyg neu ymgynghorydd **epilepsi** ddiwethaf:



Dywedwch wrthyn ni am unrhyw beth sydd yn achosi neu yn cychwyn eich **ffitiau**. Er enghaifft goleuadau, tymheredd, bod wedi blino neu dan straen:



Ydych chi wedi cael **strôc** erioed?

Ydw ☐

Nac Ydw ☐

Os ydw, dywedwch wrthyn ni pryd gwnaethoch chi gael **strôc**:

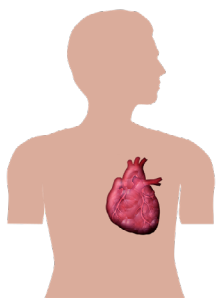


Ydych chi weithiau yn llewygu neu yn cael blacowts?

Ydw ☐

Nac Ydw ☐

Calon

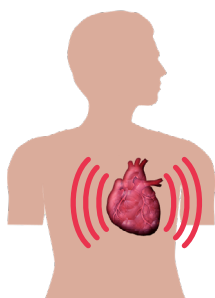


Ydych chi wedi cael trawiad ar y galon erioed?

Ydw ☐

Nac Ydw ☐

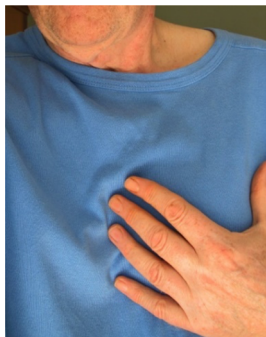
Os ydw, dywedwch wrthyn ni pryd gwnaethoch chi wedi cael trawiad ar y galon:



Ydych chi weithiau yn teimlo bod eich calon yn curo yn rhy gyflym, hyd yn oed pan nad ydych chi wedi gwneud unrhyw ymarfer?

Ydw ☐

Nac Ydw ☐



Ydych chi'n cael unrhyw boen yn eich brest chi?

Ydw ☐ Nac Ydw ☐

Os ydw, pryd rydych chi'n cael poen yn eich brest? Er enghraifft pan rydych chi'n ymarfer neu pan rydych chi'n gorwedd i lawr:



Ydy eich traed, ffêr neu unrhyw le arall ar eich corff yn chwyddo?

Ydy ☐ Nac Ydy ☐

Diabetes



Oes gennych chi **diabetes**?

Oes ☐ Nac Oes ☐



Ydych chi'n gweld meddyg neu nyrs arbennig
am eich **diabetes** chi?

Dywedwch wrthyn ni am unrhyw broblemau iechyd eraill sydd gennych. Neu am unrhyw beth sydd yn eich poeni chi:

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Mynd i gael eich Gwiriad lechyd Blynyddol



Cofiwch fod angen dod â'r pethau yma gyda chi i'r Gwiriad lechyd Blynyddol:

- Y rhestr wirio yma.
- Eich Cynllun Gweithredu lechyd chi (os oes un gennych chi).
- Eich holl feddyginiaeth chi.
- Eich pi-pi chi yn y botel rydych chi wedi ei chael.
- Unrhyw beth arall y mae eich nyrs chi neu feddyg wedi gofyn amdano fe.



Rydych chi'n gallu mynd â rhywun gyda chi i'ch Gwiriad lechyd Blynyddol chi os ydych chi eisiau.

Mae hyn yn gallu bod yn ffrind, **eiriolydd**, gweithiwr cefnogi neu ywun o'ch teulu chi.

Rydych chi hefyd yn gallu siarad gyda'r nyrs neu'r meddyg yn breifat os ydych chi eisiau.



Os ydych chi'n sâl neu yn poeni am eich iechyd chi rhwng eich Gwiriad lechyd Blynyddol chi gwnewch chi'n siŵr eich bod yn gwneud apwyntiad gyda'ch meddyg chi.

Geiriau anodd

Alergaidd

Os ydych chi'n alergaidd i rhywbeth mae'n gallu eich gwneud chi'n sâl iawn. Mae'n gallu eich gwneud chi'n sâl neu roi brech i chi. Mae'n gallu eich lladd chi hefyd.

Asthma

Os oes gennych chi asthma, efallai eich bod chi'n colli eich gwynt weithiau. Efallai eich bod chi angen anadlydd i'ch helpu chi i anadlu.

Atal cenhedlu

Atal cenhedlu ydy rhywbeth rydych chi'n ei ddefnyddio i stopio menyw rhag dod yn feichiog wrth gael rhyw. Er enghraifft dyn yn gwisgo condom neu fenyw yn cymryd y bilsen.

Awdiolegydd

Mae awdiolegydd yn edrych ar eich clyw chi.

Condom

Math o atal cenhedlu ydy'r rhain. Mae'r condom yn mynd ar bidyn y dyn cyn rhyw. Mae'n aros arno tra rydych yn cael rhyw. Mae'n gallu eich stopio rhag cael clefydau pan rydych chi'n cael rhyw. Mae hefyd yn gallu stopio menywod rhag dod yn feichiog pan maen nhw'n cael rhyw.

Deietegydd

Mae deietegydd yn eich helpu chi i fwyta ac yfed y pethau cywir i gadw'n iach.

Diabetes

Mae hwn yn salwch sydd yn meddwl bod y siwgr yn eich gwaed yn rhy uchel. Os oes gennych diabetes rhaid i chi fod yn ofalus am beth rydych chi'n ei fwyta a'i yfed.

Dolur rhydd

Os oes gennych ddolur rhydd mae eich pŵ fel arfer yn feddal iawn neu fel dŵr.

Eiriolydd

Mae eiriolydd yn eich helpu chi i siarad drostoch chi eich hun. Neu maen nhw'n siarad ar eich rhan chi os nad ydych chi'n gallu siarad drostoch chi eich hun.

Emphysema neu clefyd rhwystrol cronig yr ysgyfaint (COPD)

Salwch sydd yn creu niwed i'ch ysgyfaint chi ydy'r rhain. Maen nhw yn ei gwneud hi'n anodd i chi anadlu.

Epilepsi

Problem gyda'r ymennydd ydy Epilepsi. Mae'n gwneud i chi gael ffitiau.

Ffisiotherapydd

Mae ffisiotherapydd yn eich helpu chi i symud eich corf chi.

Ffit

Mae yna wahanol fathau o ffitiau. Efallai eich bod yn mynd yn stiff neu mae eich corff yn gallu ysgwyd. Efallai eich bod yn syrthio ar y llawr. Fel arfer mae pobl gydag epilepsi yn cael ffitiau.

Gwaith gwirfoddol

Mae hyn yn meddwl gwaith rydych chi'n ei wneud heb gael eich talu. Mae fel arfer i elusennau i helpu pobl, anifeiliaid neu'r gymuned.

Menopos

Mae corff menyw yn newid wrth iddi fynd yn hŷn ac mae hyn yn cael ei alw yn menopos. Mae ei misglwyf yn stopio. Efallai nad ydy menyw yn teimlo'n dda iawn pan mae hi'n mynd drwy'r menopos. Er enghraifft efallai ei bod hi'n teimlo'n boeth iawn neu yn methu cysgu.

Moddion gweithio

Moddion gweithio yw moddion sydd yn eich helpu chi i fynd i'r tŷ bach a gwneud pŵ.

Nyrs Anymataliaeth

Mae nyrs anymataliaeth yn helpu pan mae gennych broblemau i reoli pryd rydych chi'n mynd i bi-pi neu i wneud pŵ.

Optegydd

Mae optegydd yn edrych ar eich llygaid chi. Maen nhw'n gallu gweld os ydy eich llygaid chi'n iach. Maen nhw hefyd yn edrych i weld pa mor dda rydych chi'n gallu gweld.

Padiau anymataliaeth

Rydych chi'n gwisgo'r rhain pan nad ydych chi'n gallu rheoli pryd rydych chi'n pi-pi neu yn gwneud pŵ. Rydych chi'n gwisgo nhw yn eich dillad isaf chi.

Pilsen

Math o atal cenhedlu ydy'r bilsen. Mae menywod yn cymryd y bilsen i stopio dod yn feichiog pan maen nhw'n cael rhyw.

Podiatregydd neu giropodydd

Mae Podiatregydd a chiropodydd yn edrych ar ôl traed ac ewinedd traed pobl.

Rhwymedd

Mae hyn yn digwydd pan mae hi'n anodd iawn i chi wneud pŵ.

Seicolegydd neu seiciatrydd

Mae seicolegydd neu seiciatrydd yn gallu helpu gyda'ch meddyliau neu deimladau chi.

Sgrinio'r coluddion

Dyma prawf i unrhyw un rhwng 60 a 69 oed. Mae'r prawf yn edrych ar eich pŵ chi i chwilio am arwyddion o ganser y coluddion.

Sgrino'r fron

Prawf ydy hwn i fenywod rhwng 50 a 70 oed. Mae'r prawf yn edrych ar fronnau menyw i chwilio am arwyddion o ganser y fron.

Sgrinio ymlediad aortaidd yn yr abdomen (AAA)

Prawf i ddynion dros 65 oed ydy hwn. Mae'r prawf yn edrych ar y rhydweli mwyaf yn y corff o'r enw aorta. Mae rhydweli yn mynd â gwaed o gwmpas y corff.

Sgrinio serfigol

Dyma brawf i fenwyod rhwng 25 a 64 oed. Yn aml mae'n cael ei alw yn brawf ceg y groth. Mae'r prawf yn edrych y tu mewn i gorff menyw am arwyddion o ganser serfigol. Serfigol ydy wrth agoriad y groth tu mewn i gorff menyw.

Strôc

Mae strôc yn digwydd pan mae gwaed yn methu mynd i ran o'r ymennydd yn iawn. Mae'n gallu achosi problemau mewn gwahanol rannau o'r corff. Er enghraifft efallai na fyddwch yn gallu siarad neu gerdded yn iawn.

Therapydd galwedigaethol

Mae therapydd galwedigaethol yn eich helpu chi i wneud pethau yn eich bywydd chi bob dydd. Maen nhw'n gallu eich helpu chi i aros yn annibynnol.

Therapydd lleferydd ac iaith

Mae therapydd lleferydd ac iaith yn helpu pobl i siarad, llyncu a chyfathredu.