



**Ynglŷn â
sgrinio serfigol
(prawf ceg y groth)
Gall mynd am sgrinio achub
eich bywyd.**



**Mae'r daflen hon ar gael mewn
arddull hawdd i'w ddarllen, BSL,
ar sain neu mewn print mawr.**

**Mae'r daflen hon yn dweud
wrthych am ganser ceg y
groth a sgrinio serfigol y GIG.**

**Gall sgrinio serfigol atal
canser ceg y groth.**

**Gall unrhyw un rhwng
25 a 64 oed sydd â cheg
y groth gael ei sgrinio.**

**Mae canser ceg y groth yn
cael ei achosi gan y feirws
papiïloma dynol (HPV).**



Gallai mynd i gael
eich sgrinio achub
eich bywyd.

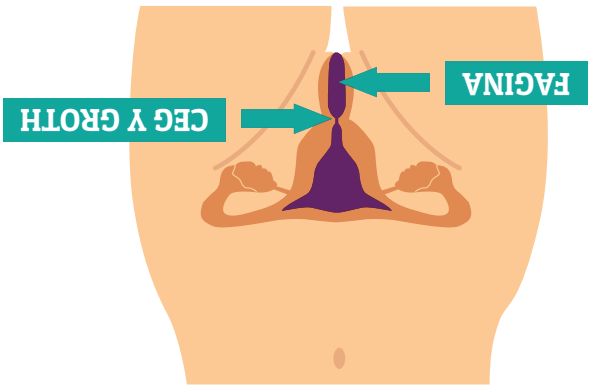
Weithiau, bydd angen
rhagor o broffion.

Mae'r rhan fwyaf
o'r canlyniadau yn
normal.

Beth yw cancer ceg y groth?

Canser ceg y groth yw cancer yn ceg y groth (sertics).

Bob blwyddyn, ceir tua 160 o achosion newydd o ganser ceg y groth yng Nghymru. Dyma'r cancer mwyaf cyffredin ymysg menywod o dan 35 oed. Gall sgrinio sertigol atal cancer ceg y groth rhag datblygu, neu gall ei ganfod yn gynnar.



Mae bron pob achos o ganser ceg y groth yn cael ei achosi gan feirws o'r enw'r feirws papiloma dynol (HPV). Mae hwn yn feirws cyffredin iawn y bydd y rhan fwyaf o bobl yn ei gael ar ryw adeg yn ystod eu bywyd.

Dim ond mathau penodol o HPV sy'n achosi cancer ceg y groth. Gelwir y rhain yn fathau risg uchel. Gall y mathau hyn o HPV achosi'r celloedd ar eich ceg y groth i newid, a gall y newidiadau hyn ddatblygu'n ganser ceg y groth.

Gellir trosglwyddo HPV trwy unrhyw fath o gyswilt rhywiol â pherson o unrhyw ryw. Gallach chi neu eich partner fod wedi cael HPV ers peth amser cyn i chi wybod hynny.

A ellir trin HPV?

Nid oes unrhyw driniaeth i gael gwared ar HPV. I'r mwyafrif o bobl, bydd eu system imiwnedd yn delio â'r feirws. Mae'r rhan fwyaf o fathau o ganser ceg y grot h yn cymryd amser hir i ddatblygu. Mae trin newidiadau i'r celloedd yn gynnar yn golygu y gellir atal canser ceg y grot.

Beth yw sgrinio serfigol?

Gelwir sgrinio serfigol yn brawf ceg y grot hefyd. Bydd y prawf sgrinio serfigol yn chwilio am fathau risg uchel o HPV sydd yn gallu achosi newidiadau i'r celloedd. Trwy ddod o hyd i newidiadau yn y celloedd yn gynnar, gall sgrinio atal canser ceg y grot rhag datblygu. Gwahoddir menywod rhwng 25 a 64 oed i gael sgrinio serfigol bob pum mlynedd.

Os nad ydych yn uniaethu fel menyw neu yn drawsryweddol, a'ch bod chi rhwng 25 a 64 oed a bod gennych ceg y grot, gallwch gael sgrinio serfigol, ond efallai na fyddwn yn gallu eich gwahodd. Bydd angen i chi drefnu i gael eich sgrinio gyda'ch meddyg neu glinig.

Bydd eich llythyr yn gofyn i chi wneud apwyntiad. Gallwch gael eich sgrinio serfigol yn eich meddygfa neu mewn rhai clinigau iechyd rhywiol. Os hoffech gael eich gweld gan nyrs neu feddyg benywaidd, gallwch ofyn wrth wneud eich apwyntiad.

Ynglŷn â'r prawf

Mae'r prawf sgrinio serfigol **ond yn cymryd tua phum munud**, a chaiff ei wneud fel arfer gan nyrs mewn ystafell breifat. Ceiswch wneud apwyntiad ar adeg pan na fyddwch yn cael eich mislif.

Bydd angen i chi
dymnu'ch dillad isaf.

Bydd angen i chi orwedd ar eich cefn
ar wely gyda'ch pengliniau wedi eu
plygu a'ch coesau ar agor.

Bydd y nyrs yn rhoi specwlwm (teclyn
meddygol) yn ofalus i mewn i'ch fagina er
mwyn iddynt allu gweld eich ceg y groth.

Byddant wedyn yn brwsio celloedd o'r
ceg y groth gan ddefnyddio brws meddal.

Caiiff y celloedd eu profi am HPV
risg uchel. Os caiiff HPV risg uchel
ei ganfod, edrychir ar y sampl am
newidiadau i'r celloedd.

Ni ddylai'r prawf fod yn boenus, ond weithiau gall fod yn anghyfforddus. Dywedwch wrth y person sy'n cwblhau'ch prawf os yw'n boenus iaw. Gallwch atal y prawf unrhyw bryd.

Mae'n bosibl y bydd rhywfaint o waedu ysgafn ar ôl y prawf. Gall hyn fod yn arferol ac nid yw'n golygu bod unrhyw beth o'i le.

- Gall fod yn normal i deimlo'n embaras am gael sgrinio serfigol, yn arbennig yn ystod eich apwyntiad cyntaf. Cofiwch, mae eich nyrs yn gwneud profion sgrinio bob dydd.
- Os nad ydych erioed wedi cael rhyw, siaradwch â nyrs eich practis i'ch helpu i benderfynu a ydych eisiau cael eich sgrinio.
- Hyd yn oed os nad ydych wedi cael unrhyw weithgaredd rhywiol am amser hir, mae'n dal yn bwysig cael eich sgrinio.
- Gallwch gael HPV hyd yn oed os ydych ond wedi cael un partner rhywiol.
- Gallwch fynd â rhywun gyda chi am gefnogaeth.



Eich canlyniad

Byddwch yn cael eich llythyr canlyniadau yn y post o fewn pedair wythnos o gael eich sgrinio serfïgol. Bydd eich canlyniad hefyd yn cael ei anfon at eich meddyg. Mae canlyniadau posibl sgrinio syflaenol HPV isod.

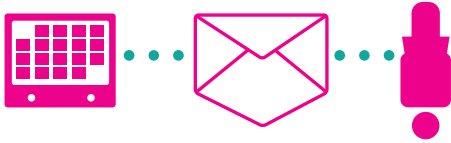
Mae 9 allan o 10 o'r canlyniadau yn dangos dim HPV



Dim risg uchel o HPV wedi ei ganfod (HPV negyddol)

Mae hwn yn ganlyniad calonogol ac nid oes angen i ni edrych ar eich celloedd am newidiadau am eich bod â risg isel iawn o ddatblygu canser ceg y groth. Byddwch yn anfon gwahoddiad arall atoch mewn pum mlynedd.

Risg uchel o HPV wedi ei ganfod (HPV positif) ond dim newidiadau i gelloedd



Os ydych â risg uchel o HPV, byddwch yn edrych ar eich sampl am newidiadau i gelloedd. Os nad oes unrhyw newidiadau i gelloedd wedi eu canfod, fe'ch gwahoddir am ail bravf mewn 12 mis.

Risg uchel o HPV wedi ei ganfod (HPV positif) a newidiadau i gelloedd



Os oes gennych HPV risg uchel a newidiadau i gelloedd, byddwn yn eich atgyfeirio am golposcopi yn eich ysbyty lleol. Mae colposcopi yn archwiliad agosach o'ch ceg y groth.

Canlyniad annigonol

Mae hyn yn golygu nad oedd y labordy'n gallu rhoi canlyniad dibynadwy. Bydd angen ailadrodd y prawf sgrinio ar ôl tri mis.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau, neu eich bod yn poeni am eich canlyniad, cysylltwch â Sgrinio Sertigol Cymru neu'r person a gwblhaodd eich prawf.

Gwybodaeth bwysig am sgrinio serfigol

Buddion



Gall sgrinio serfigol achub
bywydau trwy atal canser
ceg y groth rhag datblygu.

Mae sgrinio'n achub tua 5,000 o
fywydau bob blwyddyn yn y DU.

Gall sgrinio ganfod newidiadau
i'ch celloedd hyd yn oed os ydych
yn edrych ac yn teimlo'n iach.

Nid yw sgrinio'n atal pob
canser ceg y groth.

Risgiau



Efallai eich bod yn poeni am fynd
am sgrinio serfigol, siaradwch â'ch
meddyg neu nyrs am gefnogaeth.

Gall rhai triniaethau ysbty ar gyfer
newidiadau i'r celloedd effeithio ar eich
cyfle i feichhiogi yn y dyfodol.

Beth yw symptomau canser ceg y groth?

Nid oes unrhyw symptomau i ganser ceg y groth yn aml. Dylech ddweud wrth eich meddyg os oes gennyh unrhyw un o'r canlynol, hyd yn oed os ydych wedi cael prawf sgrinio normal.

- Gwaeu rhwng mislif, yn ystod neu ar ôl cael rhyw neu ar ôl y menopos (ar ôl i'ch mislif ddod i ben)
- Gollyngiad anarferol o'r fagina
- Poen wrth gael rhyw, neu boen gwaelod y bol neu'r cefn

Smygu a'r perygl o ganser ceg y groth

Mae ysmegu yn dyblu'r risg o ddatblygu canser ceg y groth.

Am gymorth am ddim i roi'r gorau i smegu, ffoniwch Helpa Fi i Stopio ar **0800 085 2219** neu ewch i

 www.helpmequit.wales



Mwy o wybodaeth

Os oes gennych unrhyw gwestiynau am sgrinio serfigol, neu os hoffech wybodaeth mewn arddull hawdd i'w ddarllen, iait h Arwyddion Prydain (BSL), ar sain neu mewn print mawr, cysylltwch â'ch swyddfa sgrinio leol neu ewch i:

 www.cervicalscreeningwales.wales.nhs.uk

 De-ddwyrain: **02920 787910/11**

 Canolbarth a'r Gorllewin: **01792 940940**

 Gogledd: **01352 877899**

Rydym yn croesawu gohebiaeth a galwadau ffôn yn Gymeraeg. Byddwn yn ateb gohebiaeth yn Gymeraeg heb oedi.

Eich dewis chi yw cael eich sgrinio neu beidio. Os byddwch yn penderfynu nad ydych am gael rhagor o wahoddiadau, gallwch optio allan trwy gysylltu â'ch swyddfa sgrinio leol.

Ewch i wefan Sgrinio Serfigol Cymru am wybodaeth am

- yr hyn sydd yn digwydd i'ch sampl ar ôl i chi gael eich sgrinio
- a sut yr ydym yn defnyddio gwybodaeth i gleffion yn ddiogel.

Am fwy o wybodaeth a chymorth, ewch i:

Ymddiriedolaeth Canser Ceg y Groth Jo  www.jostrust.org.uk

*Atgynhychwyd gyda chaniatâd caredig gan 'A smear test could save your life' ©NHS Health Scotland 2018

