

Yr Adran Ffisiotherapi Canllaw Defnyddio i Gleifion

Bwt Cast Aer



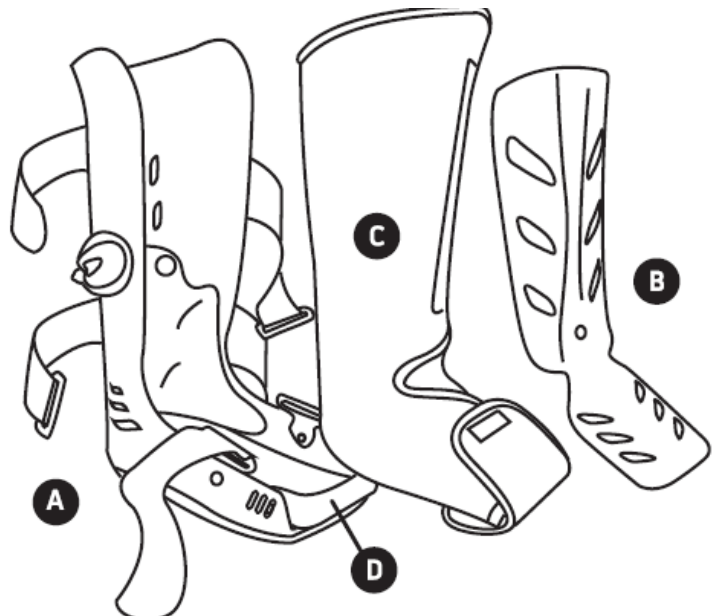
Mae eich ymgynghorydd wedi gofyn i chi wisgo'r Bwt Cast Aer am wythnos.

Gellir ei dynnu pan fyddwch yn y gwely ac wrth gwblhau ymarferion ond mae angen ei ail-wisgo pan fydd pwysau ar y goes.

Cyfarwyddiadau Ffitio'r Bwt

1. Wrth wisgo'r bwt gwnewch yn siŵr bod:

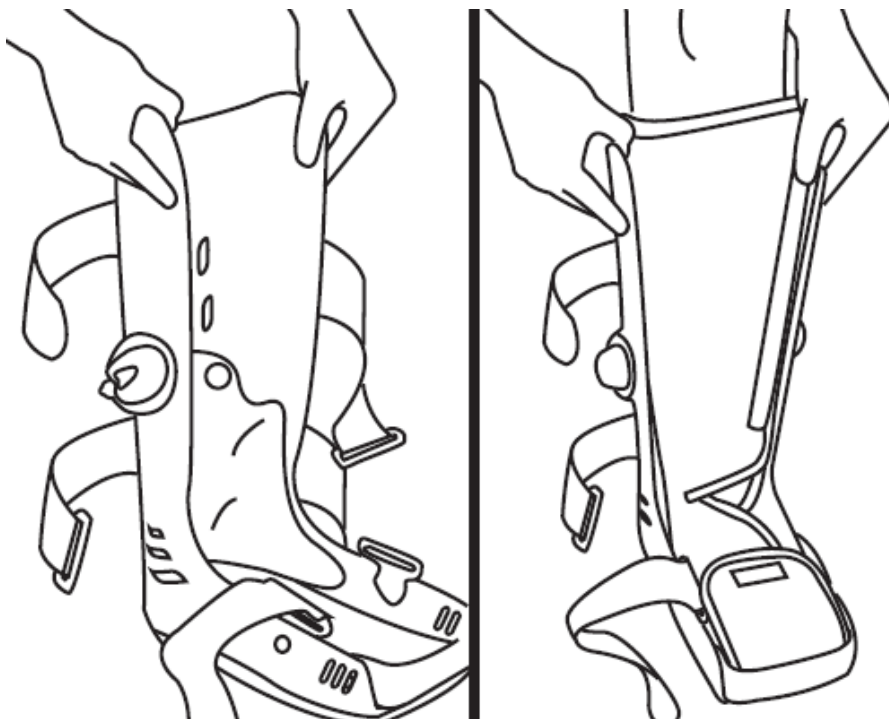
- Y strapiau i gyd wedi eu hagor
- Y Gragen Flaen wedi ei thynnu
- Y leinin wedi ei dynnu
- Yr amddiffynnydd bysedd traed wedi ei addasu/tynnu



2. Rhowch eich troed i mewn i'r leinin (C), gan sicrhau bod eich sawdl yn gorwedd yng nghefn y ffabrig. Caewch y fflapiau ar y droed a'r goes gan sicrhau eu bod yn glyd.



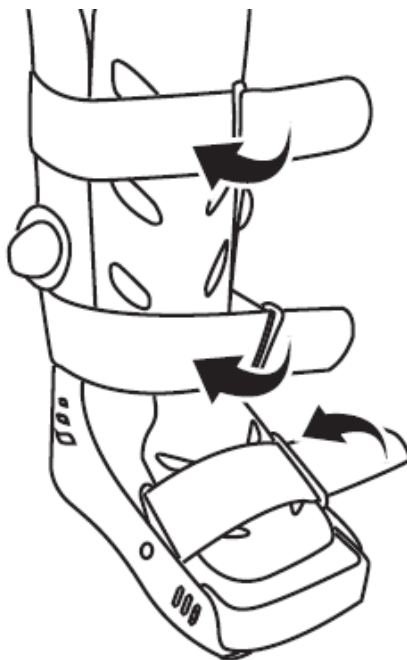
3. Rhowch eich troed i mewn i'r gragen allanol (**E**), gan sicrhau bod eich sawdl yn erbyn cefn y gragen. Pwyswch i atodi'r leinin at y gragen.



4. Atodwch y gragen flaen (**B**) i flaen y leinin. Sicrhewch ei bod wedi'i chysylltu'n llawn â'r leinin ar y top a'r gwaelod.



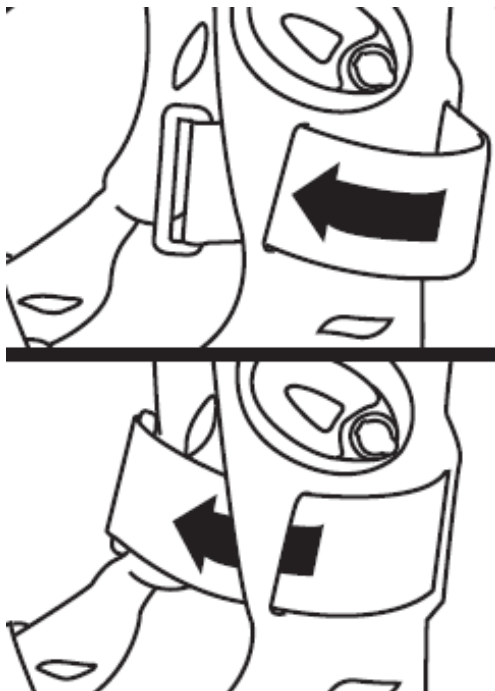
5. Clymwch y strapiau (**A**) o'r bysedd traed i fyny gan sicrhau eu bod yn dynn ond ddim yn rhy dynn.



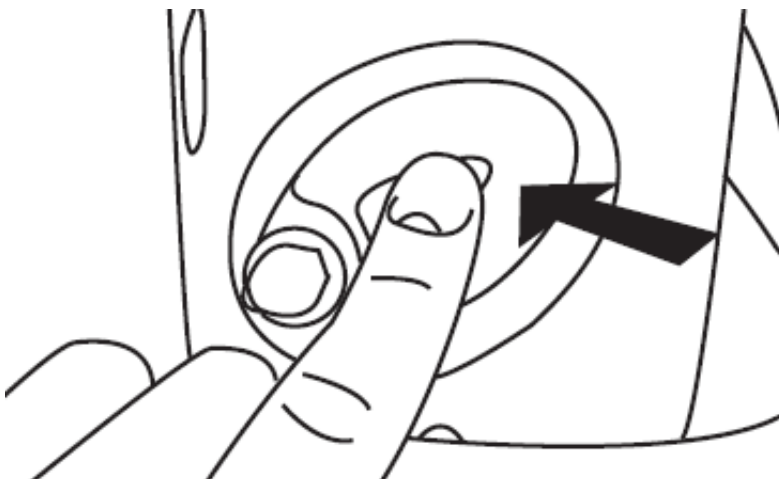
6. Gallwch addasu amddiffynnydd y bysedd traed (**D**) neu ei dynnu yn ôl yr angen.



7. Os oes angen, cynyddwch y pwysedd ar y gragen flaen drwy fewnosod dau ben y strap pigwrn drwy slotiau y bŵt fel y dangosir.



8. Pwyswch y pypiau (**E**) i chwyddo'r bŵt i'r lefel ofynnol. Sicrhewch ei fod yn gyfforddus. Gellir pwysu ar y ddau bwmp ar yr un pryd am bwysedd cytbwys.



9. Agorwch y cap (**G**) a phwyso'r falf i ddadchwyddo.



Archwiliadau a chynnal a chadw rheolaidd:

- **Talwch sylw i'ch croen:**

Pan fyddwch yn gorffwys gallwch dynnu'r bwt i chwilio am unrhyw farciau pwyso ar y croen.

- **Golchi'r Leinin:**

O ddilyn argymhellion y gweithgynhyrchwyr, gallwch olchi'r leinin â llaw mewn dŵr oer gan ddefnyddio glanedydd ysgafn. Rhaid i chi rinsio'n drylwyr a sychu'n fflat. Peidiwch â throwasgu/defnyddio peiriant sychu/sbinio.

- **Glochi'r Gragen Cerdded:**

Tynnwch y leinin. Plygwch strapiau bachyn/dolen yn ôl ar ei gilydd. Defnyddiwch lliain llaith a glanedydd ysgafn ar y gragen allanol a'r wadn. Gadewch iddi sychu yn yr aer.

Sganiwch y cod QR isod drwy eich dyfais symudol i gael rhagor o wybodaeth ac i gael mynediad at fideo addysg cleifion.



Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu bryderon ynghylch ffitio'r brês hon gallwch gysylltu â Ffisiotherapi i gael rhagor o gyngor.

