

Mae'r daflen gymorth hon yn rhoi cyngor i chi ar sut i ddefnyddio meddyginiaeth ar bresgripsiwn ar gyfer llygaid.

Sut i roi eli/diferion yn y llygad

Darllenwch y cyfarwyddiadau ar y label bob tro a thrin y llygad cywir yn unig. Rhowch yr eli/diferion mor aml ag y mae'r presgripsiwn yn ei ddweud fel a ganlyn:

- Golchwch eich dwylo.
- Sefwch o flaen drych ac yn ofalus, tynnwch eich amrant isaf i lawr ychydig er mwyn creu boced.
- *Eli*: Rhowch ruban o tua 1cm o'r eli yn y boced hon yn y gornel fewnol gan symud ar draws i'r gornel allanol.
- *Diferion*: Rhowch y diferion yn y boced
- Clipiwrch yr amrannau er mwyn lledaenu'r feddyginiaeth dros eich llygad a'i chadw ar gau am 30 eiliad.



Os ydych chi'n cael anhawster i roi'r eli neu'r diferion eich hun, gofynnwch i rywun arall i'w wneud i chi.

Gall eich golwg fod wedi niwlo am gyfnod byr ar ôl hyn, felly, ni ddylech yrru peidiwch â gyrru na gweithio gyda pheiriannau nes y gallwch weld yn iawn.

Pethau y dylech eu gwneud	Pethau na ddylech eu gwneud
<ul style="list-style-type: none"> • Os ydych chi wedi cael cyngor i wisgo pad llygad, cofiwch ei wisgo bob amser oni bai pan rydych yn rhoi eich meddyginiaeth am gyn hired ag rydych wedi cael eich cynghori i wneud; • Cofiwch sicrhau bod eich eli neu ddiferion wedi'i gau'n gywir a'ch bod yn ei gadw fel y nodir ar y label. • Cymrwch boen laddwr os bydd eich llygad yn anghyfforddus. Gallwch brynu Parasetamol gan fferylllydd neu siop leol. Sicrhewch nad ydych yn cymryd unrhyw feddyginiaeth arall sy'n cynnwys Parasetamol. • Gyda phob meddyginiaeth, mae'n hanfodol eich bod yn dilyn y cyfarwyddiadau ar y pecyn neu'r botel yn ofalus. 	<ul style="list-style-type: none"> • Gyrru tra'n gwisgo pad llygad. • Os ydych chi'n gwisgo lensys cyffwrdd, peidiwch â'i gwisgo hyd nes i'ch llygad wella ac am 24 awr ar ôl y ddos olaf o unrhyw ddiferion neu eli llygad. • Defnyddio'r eli neu'r diferion am fwy na 7 diwrnod ar ôl eu hagog. Os oes rhywbeth ar ôl, taflwch hwy i ffwrdd.
<ul style="list-style-type: none"> • Os ydych chi wedi cael cyngor i wisgo pad llygad, gofynnwch i'ch cyflogwr os yw'n ddiogel i chi wneud eich swydd cyn eich bod yn dychwelyd i'r gwaith. 	

Os ydych chi'n poeni am eich cynnydd neu os nad ydych yn gwella o fewn 3-4 diwrnod, neu mae'r cyflwr yn gwaethygu, ffoniwch eich meddyg teulu neu ddychwelyd i'r Adran Frys/Uned Mân Anafiadau lle cawsoch apwyntiad.

Os ydych yn poeni am eich anaf, cysylltwch â'r Adran Achosion Brys neu'r Uned Mân Anafiadau agosaf:

Ysbyty Brenhinol Gwent: 01633 234070

Ysbyty Nevill Hall: 01873 732073

Uned Mân Anafiadau Ysbyty Ystrad Fawr: 01443 802353 neu 802349

Uned Mân Anafiadau Ysbyty Aneurin Bevan: 01495 363318

**"This document is available in English".
"Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg".**