Cyngor ar fynd adre o'r ysbyty wedi torri asgwrn yn y llaw (y 5ed asgwrn metacarpaidd).

Trawma ac Orthopedeg

- Mae gennych fân doriad ger y migwrn a bydd fel rheol yn gwella o fewn tair wythnos
- Efallai y bydd hi'n chwe wythnos neu ragor cyn i'ch llaw fod fel yr oedd gynt
- Efallai y bydd strapio'r bysedd yn lliniaru'r boen a'ch galluogi i symud y llaw yn weddol fuan]
- Oherwydd y gall y toriad fod yn agos i'r cymal rhaid i chi symud eich llaw cyn gynted ag y bo modd hyd yn oed os yw hyn ychydig yn anghysurus
- Tynnwch y strapiau ar ôl wythnos
- Defnyddiwch eich llaw fel y byddech fel arfer, i'r graddau y bo hynny'n bosibl. Ni fydd hyn yn peri rhagor o niwed, ond gallai codi pwysau trwm fod yn boenus am 6 i 8 wythnos
- Mae gallu'r llaw i afael mewn pethau fel arfer yn dda iawn ar ôl y math hwn o anaf
- Wrth i'r asgwrn wella, bydd lwmp yn ffurfio yn y man lle'r oedd y toriad, ac ni fydd y migwrn mor amlwg ag y bu
- Bydd rhywfaint o fyrhau yn ddisgwyliedig o ganlyniad i'r anaf

Os oes gennych unrhyw bryderon ar ôl gadael yr ysbyty, ffoniwch 07786 113057

Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg/
This document is available in English