Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan
University Health Board

Cyngor ar fynd adre o'r ysbyty ar ôl torri asgwrn yn y llaw

Trawma ac Orthopedeg

- Mae gennych doriad bychan mewn asgwrn yn eich llaw, a bydd y rhan fwyaf o'r poen yn
  esmwytho 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 ystod cyfnod cynnar yr anaf

- Gan fod asgwrn wedi ei dorri yn agos i'r cymal, mae'n bwysig i chi symud eich llaw gynted â phosibl,
  i'r graddau y bo'n gyfforddus gwneud hynny

- Defnyddiwch eich llaw fel y byddech fel arfer, i'r graddau y mae hynny'n bosibl. Ni fydd hyn yn peri rhagor o niwed, ond gallai codi pwysau trwm fod yn boenus am chwech i wyth wythnos

- Bydd eich gafael cystal ag y bu gynt pan fydd y boen wedi mynd

- Wrth i'r asgwrn wella, efallai y bydd lwmp yn ffurfio yn y man lle'r oedd y toriad, ac weithiau nid yw'r cwgn mor amlwg ag y bu

oes gennych unrhyw bryderon neu bryderon ar ôl cael eich rhyddhau o'r ysbyty, cysylltwch â: 01633 234403/234404. Mae hwn yn wasanaeth dydd Llun i ddydd Gwener a byddwn yn ceisio cysylltu â chi cyn gynted â phosibl. Fodd bynnag, os yw'n argyfwng, ewch yn ôl i'r Adran Damweiniau ac Achosion Brys i gael rhagor o gyngor / triniaeth

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