

Gyrru ar ôl strôc



Adran Therapi Galwdigaethol

Os oes gennych drwydded i yrru car neu feic modur (trwydded categori B) mae'r DVLA yn nodi bod yn **rhaid i chi beidio â gyrru am o leiaf un mis ar ôl strôc neu Bwl o isgemia dros dro, sef TIA**. Fe'ch caniateir i yrru eto ar ôl mis os yw eich doctoriaid a therapyddion yn teimlo eich bod wedi gwella digon, ac os nad oes effeithiau hir dymor yn effeithio'n sylweddol ar eich gallu i yrru. Sylwer bod y rheolau ar gyfer pobl sydd wedi cael sawl TIA neu sy'n dymuno gyrru cerbydau gwasanaeth cyhoeddus/HGVau/Bysus yn wahanol. Gofynnwch i'ch therapydd am ragor o fanylion.

Os, ar ôl mis, y byddwch yn dal i gael rhai anawsterau a allai effeithio ar eich gallu i yrru, bydd yn rhaid i chi roi gwybod amdanynt i'r DVLA a'ch cwmni yswiriant. Efallai y bydd angen asesiadau neu adferiad pellach arnoch cyn i'ch doctor a therapyddion deimlo eich bod wedi gwella digon i ddechrau gyrru eto. Mae rhagor o wybodaeth ynghylch sut i wneud hyn yn y Pasbort Strôc.

Sut gallai strôc effeithio ar fy ngyrru?

Gall strôc effeithio ar eich **gallu i yrru'n ddiogel mewn sawl ffordd**. Efallai y bydd gennych broblemau gweld neu broblemau corfforol, er enghraifft, neu efallai y cewch anhawster i ganolbwyntio am gyfnod hir neu wrth wneud penderfyniadau.

Bydd y gweithwyr CNRS proffesiynol yn gallu asesu'r sgiliau corfforol a gwybyddol sydd eu hangen i yrru. Byddant hefyd yn cynnig cyngor ynghylch a ydyw'n ddiogel i chi yrru eto ar yr adeg honno.

Pa asesiadau a allai gael eu defnyddio?

Corfforol: Yn rhan o'u gwaith ehangach gyda chi, bydd eich Therapydd Galwedigaethol neu'n Ffisiotherapydd yn ystyried eich galluoedd corfforol ac yn asesu unrhyw anawsterau, megis gwendid yn y cyhyrau, problemau cydsymud ac ar eich golwg. Efallai y bydd angen i wasanaethau hefyd wneud asesiadau, er enghraifft orthopteg/optegydd ar gyfer eich llygaid.

Gwybyddol: Efallai y gofynnir i chi gwblhau asesiadau sgrinio gwybyddol, megis Asesiad Gwybyddol Montreal, Sgrinio Gwybyddol Rhydychen neu Fatri Gyrru Rookwood. Efallai y bydd eich therapydd Galwedigaethol yn gallu cwblhau'r asesiadau hyn gyda chi, neu efallai y cewch eich atgyfeirio at Seicolegydd Clinigol, ac efallai y cewch eich atgyfeirio i Wasanaeth Asesu Symudedd a Gyrru Cymru ar gyfer asesiadau pellach. Bydd yr asesiadau hyn yn ein helpu i ddeall a oes gennych anawsterau gwybyddol a allai effeithio ar eich gallu i yrru cerbyd modur yn ddiogel.

Bydd canlyniadau'r asesiadau'n cael eu rhannu gyda'ch Meddyg Teulu a'ch Ymgynghorydd Strôc.

I gael rhagor o wybodaeth ynghylch gyrru ar ôl strôc, gan gynnwys gwybodaeth ynghylch rhoi gwybod i'r DVLA neu'ch cwmni yswiriant, ewch i: <https://www.stroke.org.uk/resources/driving-after-stroke>

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