Gwybodaeth i gleifion

Bleffaritis

Yr Uned Llygaid

Mae hwn yn gyflwr llidiol, sy'n effeithio ar waelod blew’r amrannau (ymylon yr amrannau); mae'r hyn sy’n ei achosi yn aml yn anhysbys.

Beth fyddwch chi'n sylwi arno?

- Amrannau llidus coch
- Crawennu (*crusting*) o amgylch blew’r amrannau gyda chosi ac anghysur

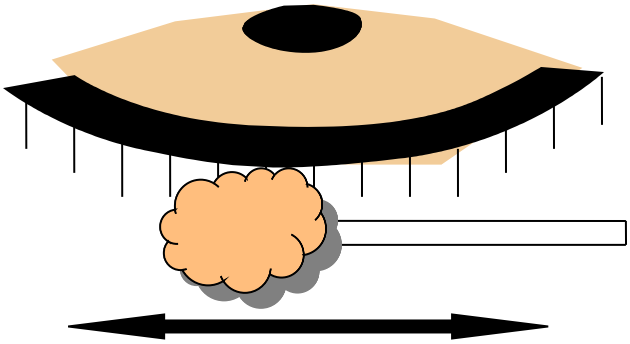
Hylendid Amrannau

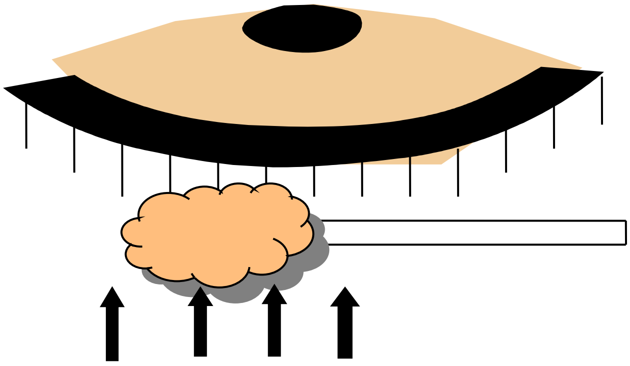
1. Gwlychwch wlân cotwm gyda dŵr cynnes wedi'i ferwi.
2. Sgwriwch ymylon eich amrannau (lle mae blew’r amrannau'n tyfu) am un funud. Gwnewch hyn i’r ddau amrant ddwywaith y dydd.

Amrannau Uchaf
Caewch y llygad yn ysgafn
Sgwriwch ar draws ac i lawr (gweler y lluniau isod)

Amrannau Isaf

Edrychwch i fyny
Sgwriwch ar draws ac i fyny
(Gweler y lluniau isod)





Dylid gwneud y driniaeth hon bob bore a nos, oni bai bod y meddyg yn cyfarwyddo fel arall. Mae bleffaritis yn broblem barhaus; mae hylendid amrannau rheolaidd yn helpu i gadw'r cyflwr hwn dan reolaeth.

Ble gallaf i gael cyngor pellach?
Os oes angen rhagor o wybodaeth neu gyngor arnoch, cysylltwch â: -

Adran Cleifion Allanol Llygaid ar: -
Rhif Ffôn: - 01633 – 656268
Rhwng 8.30am – 5.00pm

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