GIG CYMRU NHS WALES | Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan University Health Board

Gwybodaeth i Gleifion

Llid yr Amrannau (Conjunctivitis) Yr Uned Llygaid

Beth yw llid yr amrannau?

Mae'n llid yn rhan wen y llygad. Efallai y byddwch chi'n profi'r canlynol:-

- cochni
- teimlad graeanog
- rhedlif

Beth sy'n achosi llid yr amrannau?

Mae'n aml yn deillio o haint neu alergedd.

Llid yr Amrannau bacteriol / firaol

Gall llid yr amrannau heintus ddigwydd oherwydd firws neu facteria ac mae'n aml yn gysylltiedig ag annwyd a dolur gwddf.

Llid yr Amrannau yn deillio o alergedd

Mae hyn i'w weld yn fwyaf cyffredin yn y gwanwyn neu'r haf ac yn gysylltiedig â chlefyd y gwair.

Pa driniaeth sydd ei hangen?

Bydd hyn yn dibynnu ar y math o lid yr amrannau sydd gennych.

- **Llid yr Amrannau bacteriol**
  Mae hyn yn ymateb yn gyflym iawn i ddiferion gwrthfiotig a dylai ddiflannu o fewn pedwar i bum diwrnod.

- **Llid yr Amrannau firaol**
  Nid oes diferion nag eliau i wella llid yr amrannau firaol. Bydd yr haint fel arfer yn diflannu ar ei ben ei hun ond gall gymryd sawl wythnos. Rhoddir diferion gwrthfiotig i amddiffyn y llygad rhag heintiau bacteriol eraill.

- **Llid yr Amrannau yn deillio o alergedd**
  Mae hyn fel arfer yn ymateb yn hawdd i ddiferion gwrth-alergedd ond efallai y bydd angen mwy o driniaeth hirdymor.

A yw Llid yr Amrannau heintus yn ymledol?

Ydi, a gellir ei drosglwyddo i unigolyn arall yn hawdd iawn trwy gyffyrddiadau ac felly mae'n bwysig iawn dilyn y cyfarwyddiadau hyn.

1. Dilynwch y cyfarwyddiadau ar eich diferion.
2. Peidiwch â chaniatáu i unrhyw un arall ddefnyddio'r diferion.
3. Peidiwch â rhannu gobennydd, tywelion neu wlanenni tra byddwch wedi eich effeithio.
4. Golchwch eich dwylo yn rheolaidd i osgoi lledaenu'r haint i eraill.
5. Ataliwch blant rhag rhwbio neu gyffwrdd â'r llygaid er mwyn osgoi heintio.

Ble alla i gael cyngor pellach?

Am unrhyw arwyddion o lid yr amrannau ewch at eich optegydd neu fferyllydd lleol am feddyginiaeth a chyngor neu cysylltwch â ni: -

Clinig Llygaid Brys ar: - Rhif Ffôn: - 01633 – 238856
Rhwng 8.30am – 5.30 pm

NODIADAU PERSONOL ____

____

____

____

____

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