



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan
University Health Board

Taflen Wybodaeth Ddilynol ynghylch Teclynnau Cymorth Clyw

Gwybodaeth ychwanegol i gleifion
am eu teclynnau cymorth clyw

Rheoli Disgwyliadau

Pan gaiff teclynnau cymorth clyw eu gosod am y tro cyntaf, gall fod yn hynod o anodd addasu iddynt. Efallai y byddwch yn sylwi bod eich llais eich hun yn uchel iawn neu'n wag ac yn teimlo fel eich bod yn gweiddi. Gelwir hynny yn 'Effaith Achludo'. Mae eich ymennydd wedi nodi bod eich clustiau bellach wedi'u blocio gan y teclynnau cymorth clyw ac mae'n canolbwyntio ar y teimlad hwnnw, gan achosi i'ch llais swnio'n wahanol. Wrth i chi wisgo'ch teclynnau cymorth clyw yn amlach, bydd eich ymennydd yn addasu i'r teimlad newydd ac yn hidlo'r sain o'ch ymwybyddiaeth, a dylai eich llais gychwyn swnio'n fwy naturiol ymhen amser. I gynnig enghraifft o'r system hidlo hon, dychmygwch unigolyn yn symud i fyw i dŷ ger ffordd brysur. Ar y dechrau, bydd yr unigolyn hwnnw'n ymwybodol iawn o sŵn y ceir y tu allan. Fodd bynnag, ymhen amser, ni fydd yn sylwi ar sŵn y ceir y tu allan. Bydd hynny'n digwydd oherwydd bydd ei ymennydd wedi hidlo'r synau nad oes angen iddo ganolbwyntio arnynt. Gall y broses hon amrywio o'r naill unigolyn i'r llall, ond dylai unioni ei hun ymhen ychydig wythnosau yn gwisgo'r teclynnau cymorth clyw yn gyson.

Pan osodir teclynnau cymorth clyw i chi am y tro cyntaf, byddwch chi'n clywed synau yn yr amgylchedd o'ch cwmpas yn ogystal â lleferydd gwell. Gall hynny wrthdynnu'r sylw yn sylweddol iawn i ddechrau, oherwydd efallai nad ydych chi wedi arfer clywed y synau hyn ar y lefel hon. Pan ddefnyddir teclynnau cymorth clyw yn rheolaidd, dylai synau yn yr amgylchedd a oedd yn amlwg iawn i ddechrau gychwyn tawelu, a dylent dawelu wrth i ni ddysgu sylwi llai arnynt. Os ydych chi'n defnyddio'ch teclynnau cymorth clyw yn achlysurol yn unig, ni fyddwch chi'n dysgu sut i hidlo'r synau hyn. Mae'n bwysig ceisio gwisgo'ch teclynnau cymorth clyw bob dydd i'ch helpu chi i addasu i'r wybodaeth newydd rydych chi'n ei chlywed.

Efallai y byddwch chi'n cael trafferth clywed pobl y byddwch yn siarad â hwy mewn amgylcheddau swnllyd. Mae clywed mewn amgylcheddau swnllyd yn her gyffredin i bobl, ac ar yr adegau hynny, bydd ymennydd a'r glust yn cydweithio i ddehongli synau. Os oes gennych nam ar eich clyw, gall hynny olygu bod y broses honno'n fwy heriol. Mae dulliau ar gael i'ch helpu i reoli hyn. Byddwch yn ymwybodol o ble byddwch chi'n eistedd, ceisiwch eistedd o amgylch ymylon yr ystafell yn hytrach nag yn y canol oherwydd bydd yr acwsteg yn well yno. Ceisiwch sicrhau eich bod yn eistedd o fewn 1.5m i'r unigolyn y byddwch chi'n ceisio'i glywed oherwydd mae teclynnau cymorth clyw yn gweithio'n well dros bellteroedd byr. Ceir hefyd raglenni ychwanegol y gellir eu hychwanegu at eich teclyn cymorth clyw i helpu i wella lleferydd mewn manau mwy swnllyd ac ategolion ychwanegol y gellir eu prynu i

gael cymorth mewn amgylcheddau swmllyd. Trafodir y rhain yn fanylach yn ddiweddarach yn y llyfryn.

Categoriâu Colled Clyw

Gellir rhannu colled clyw unigolyn yn 4 categori gwahanol:

Ysgafn

Efallai bydd rhywun sydd â cholled clyw ysgafn yn canfod ei fod yn clywed sgwrs a synau o'i gwmpas yn gyfforddus, ond ni fydd lleferydd yn eglur iawn, a gall hynny olygu y bydd hi'n anodd deall pethau y bydd pobl yn eu dweud. Efallai y bydd pobl yn canfod eu bod yn ymateb yn anghywir neu'n camddeall beth sy'n cael ei ddweud. Gall teclyn cymorth clyw helpu i fwyhau synau ysgafn gan sicrhau bod lleferydd yn llawer iawn mwy eglur.

Cymedrol

Efallai bydd rhywun sydd â cholled clyw cymedrol yn canfod na allant glywed rhai synau o gwbl a gall sgwrsiau beri anawsterau iddynt. Gall teclynnau cymorth clyw wella cyfathrebu'n sylweddol yn y rhan fwyaf o leoliadau, er y gall cefndiroedd swmllyd barhau i achosi heriau.

Difrifol

Bydd unigolyn sydd â cholled clyw difrifol yn cael trafferth clywed synau yn gyffredinol a gall sgwrsio fod yn anodd iawn. Gall yr unigolion hyn elwa o gael teclynnau cymorth clyw cryfach a all fwyhau synau'n fwy sylweddol, ond efallai y byddant yn dal i ddibynnu ar gliwiau gweledol megis darllen gwefusau.

Dwys

Bydd rhywun sydd â cholled clyw dwys yn clywed synau cyfyngedig o'u cwmpas. Gall teclynnau cymorth clyw gynnig cymorth cyfyngedig, ond yn achos yr unigolion hyn, gallai mewnbliadau yn y cochlea neu declynnau gwrando cynorthwyol eraill, ynghyd ag iaith arwyddion neu ddarllen gwefusau, fod yn fwy effeithiol.

Mae'n bwysig peidio â disgwyl gormod o ran beth y gall teclynnau cymorth clyw ei gyflawni. Gallant wella'ch profiad gwrando yn fawr, ond nid yw teclynnau cymorth clyw yn gallu adfer clyw arferol a byddant yn fwyaf llwyddiannus os defnyddir hwy ar y cyd â strategaethau cyfathrebu eraill.

Addasu i Declynnau Cymorth Clyw

Pan roddir teclynnau cymorth clyw i bobl am y tro cyntaf, byddant yn profi proses o addasu'n raddol i'r synau fydd wedi'u chwyddo. I sicrhau bod y broses yn effeithiol, mae angen gwisgo'r teclynnau cymorth clyw yn gyson bob dydd. Isod, ceir rhywfaint o awgrymiadau allweddol ynghylch sut i addasu i'r synau newydd y byddwch chi'n eu clywed:

- Gwisgwch y teclynnau cymorth clyw bob dydd: Dylid gwisgo'r teclynnau cymorth clyw am ychydig oriau'r dydd o leiaf er mwyn addasu i'r synau'n gyflymach.

- Darllenwch yn uchel: Efallai y bydd eich llais yn swnio'n eithaf gwag i ddechrau, felly ceisiwch ddarllen cylchgrawn neu lyfr yn uchel i'ch helpu i ddod i arfer â chlywed eich llais. Dylai hyn sicrhau na fydd y sain mor llethol.
- Dylech ddisgwyl clywed sŵn: I ddechrau, gall popeth swnio'n swnllyd, ond ymhen amser, bydd ymennydd yn dysgu sut i ddileu synau sy'n gwrthdwynu sylw.
- Defnyddiwch eich rheolydd sain. Os oes gennych reolydd sain wedi'i alluogi ar eich teclynnau cymorth clyw (cyfeiriwch at y llyfryn a gawsoch pan osodwyd eich teclynnau cymorth clyw am y tro cyntaf i weld manylion ynghylch sut i'w osod), defnyddiwch hwn i addasu'r teclynnau cymorth clyw i sicrhau bod lefel y sain yn gyfforddus pan fydd angen gwneud hynny mewn gwahanol amgylcheddau.

Cyngor ynghylch Cyfathrebu

Yr amodau gwranddo gorau

Gall eich amgylchedd gwranddo effeithio ar eich gallu i glywed lleferydd yn eglur. Efallai mai dyna pam y gallwch glywed yn well mewn rhai mannau. Mae ystafell ble ceir deunyddiau dodrefnu meddal megis carpedi, llenni a chlustogau yn cynnig amgylchedd gwranddo gwell oherwydd bydd y rhain yn amsugno seiniau gan leihau atsain. Mae'n fwy tebygol y byddwch chi'n gallu deall lleferydd yn well yn eich ystafell fyw nag yn eich cegin. Yn gyffredinol, ceir llawer o arwynebau caled a ffenestri mwy mewn ceginau, sy'n golygu y bydd hi'n anoddach i chi ddeall lleferydd. Bydd yn bwysig lleihau'r sŵn cefndir os gellir. Gall lliain bwrdd leihau sŵn platiau'n clecian, neu bydd mat mawr ar lawr pren yn amsugno mwy o'r synau o amgylch y cartref. Yn gymdeithasol, gall eistedd yng nghornel yr ystafell, peidio eistedd wrth ffynonellau sŵn ychwanegol (e.e. ble bydd bwyd a diodydd yn cael eu gweini) a symud yn ddigon pell oddi wrth uchelseinyddion sy'n chwarae cerddoriaeth helpu i leihau synau cefndir ymwthiol.

Dulliau i wella eich cyfathrebu

Pan fydd rhywun yn siarad, ceir cliwiau yn sgil yr hyn a welir yn ogystal â'r hyn a glywir. Bydd y cliwiau hyn yn ein helpu i ddilyn sgwrs. Yn achos pobl sydd â cholled clyw, mae cliwiau gweledol lleferydd yn bwysig iawn. I allu manteisio'n llawn ar hynny, ystyriwch y canlynol:

- Gofalwch fod digon o olau yn yr ystafell.
- Trowch eich cefn at y ffynhonnell golau e.e. y ffenestr, i sicrhau bod y golau'n taro wyneb y siaradwr. Bydd eistedd yn wynebu'r golau yn golygu y byddwch yn gorfod ymdrechu i weld ac mae'n flinedig.
- Sicrhewch eich bod chi'n gallu gweld wyneb y siaradwr. Gall edrych tuag at i lawr neu eistedd ble na allwch weld wyneb y siaradwr olygu y bydd hi'n anodd defnyddio unrhyw sgiliau darllen gwefusau y gallech fod wedi'u mabwysiadu. Efallai y byddwch chi'n synnu at nifer y cliwiau y gallwch sylwi arnynt heb sylweddoli.
- Sicrhewch fod 1-2m rhyngoch chi a'r siaradwr oherwydd bydd darllen gwefusau yn anodd os bydd y siaradwr yn rhy agos atoch chi neu'n rhy bell oddi wrthyh chi.

- Cofiwch gael archwilio eich golwg yn rheolaidd.
- Peidiwch â gorflino a sicrhewch na fydd gormod o densiwn yn eich corff oherwydd byddwch chi'n gallu darllen gwefusau'n well os byddwch chi wedi ymlacio. Gallech fethu pethau mewn sgwrs, ond peidiwch â beio eich hun am hynny. Daliwch ati i gyfranogi a rhoi cynnig arni!

Tactegau Cyfathrebu Defnyddiol

Mae'n bwysig cofio bod cyfathrebu yn broses ddwyffordd. Mae eich teulu a'ch ffrindiau hefyd yn gyfrifol am gyfathrebu'n effeithiol â chi. I wella cyfathrebu, gofynnwch i'ch teulu a'ch ffrindiau:

- **Ddenu eich sylw cyn siarad** – os na fyddant yn denu eich sylw, mae'n debyg y byddwch chi'n colli dechrau sgwrs. Gofynnwch i deulu a ffrindiau ddweud eich enw, a chyfrifwch hyd at dri yn eich meddwl cyn iddynt ddechrau siarad. Bydd hyn yn sicrhau y cewch chi ddigon o amser i hoelio eich sylw ar y sgwrs.
- **Dweud wrthyh chi beth fydd testun y sgwrs** - Heb gael gwybod am destun y sgwrs yn gyntaf, efallai na fyddwch yn gallu dehongli beth y byddwch yn tybio eich bod wedi'i glywed neu ei ddarllen ar wefusau. Bydd hyn yn ddefnyddiol mewn sgwrs grŵp pan fydd testun y sgwrs yn newid yn aml.
- **Peidio â mwydro** – Dylent geisio sicrhau bod testun y sgwrs mor eglur â phosibl.
- **Gofynnwch i bobl eich wynebu chi** - os byddant yn sicrhau bod eu pennau'n weddol lonydd a'u ceg yn weladwy, gallwch weld symudiadau eu gwefusau'n eglur.

Peidiwch â siarad â phobl pan fyddwch mewn ystafell arall, neu phan fyddwch â'ch trwyn mewn cwpwrdd/papur newydd/llyfr.

- **Ceisio lleihau synau cefndir** - Gall sŵn cefndir amharu ar eich gallu i wahaniaethu rhwng lleferydd. Ceisiwch beidio â sgwrsio yn gegin pan fydd y tegell yn berwi neu pan fydd rhywun yn defnyddio'r peiriannau golchi neu'r wyntyll echdynnu wrth ben y ffwrn. Mae'n debyg y bydd y synau hyn yn y cartref yn effeithio ar eich gallu i wrando'n dda.
- **Siarad yn eglur** – Gall gorliwio, gweiddi, chwerthin, mwmian neu siarad â bwyd neu wrthrychau yn y geg effeithio ar eglurder lleferydd. Os bydd rhywun yn siarad yn rhy ysgafn, efallai na wnewch chi glywed digon, a gall gweiddi fod yn rhy boenus a gall effeithio ar eglurder lleferydd hefyd.
- **Defnyddio ystumiau dwylo naturiol** - ond peidio â gorliwio. Gall symud y dwylo yn ddiangen wrthdynnu sylw yn sylweddol iawn.
- **Ailadrodd, aralleirio neu nodi'r neges ar bapur** – os na fyddwch chi wedi deall, peidiwch ag ofni gofyn i rywun nodi'r ffeithiau pwysig ar bapur.

Rhaglenni

Mae rhaglenni ychwanegol ar gael ar gyfer teclynnau cymorth clyw a allai fod yn ddefnyddiol mewn sefyllfaoedd amrywiol. Isod, ceir disgrifiad o rai o'r rhaglenni y gellir eu hychwanegu at eich teclynnau cymorth clyw:

'All Around': Defnyddiwch hon fel eich rhaglen ddiofyn. Mae'n fuddiol at ddibenion gwranddo mewn sawl sefyllfa, neu os bydd yn well gennych chi ddefnyddio un rhaglen yn unig.

'Hear in Noise/ Restaurant': Defnyddiwch hon os byddwch chi'n cael trafferth clywed mewn amgylcheddau mwy swnllyd. Gall y meicroffonau amgylchol helpu i leihau rhywfaint o ymwybyddiaeth o synau cefndir.

'Outdoor': Defnyddiwch hon pan fyddwch chi allan: yn cerdded, seiclo neu yrru.

'Music': Defnyddiwch hon wrth wrando ar gerddoriaeth gartref neu mewn cyngerdd dan do.

'Acoustic Phone': Defnyddiwch hon wrth ddefnyddio ffôn llinell dir.

'Loop'

Mae'r gosodiad Dolen ('Loop') yn rhaglen arall y gellir ei hychwanegu at eich teclyn clyw.

Beth yw dolen sain?



Mae dolen sain (a elwir weithiau yn 'audio induction loop' yn Saesneg) yn fath arbennig o system sain i'w defnyddio gan bobl â theclynnau cymorth clyw. Mae'r ddolen sain yn cynnig signal magnetig, diwifr a gaiff ei ganfod gan y teclyn cymorth clyw pan ddefnyddir y gosodiad 'T' (Telecoil).

Mae'r ddolen sain yn cynnwys meicroffon i godi'r geiriau a leferir; seinchwyddwr sy'n prosesu'r signal a fydd wedyn yn cael ei anfon trwy'r darn olaf; cebl y ddolen, sef gwifren wedi'i gosod o amgylch perimedr man penodol h.y. ystafell gyfarfod, eglwys,

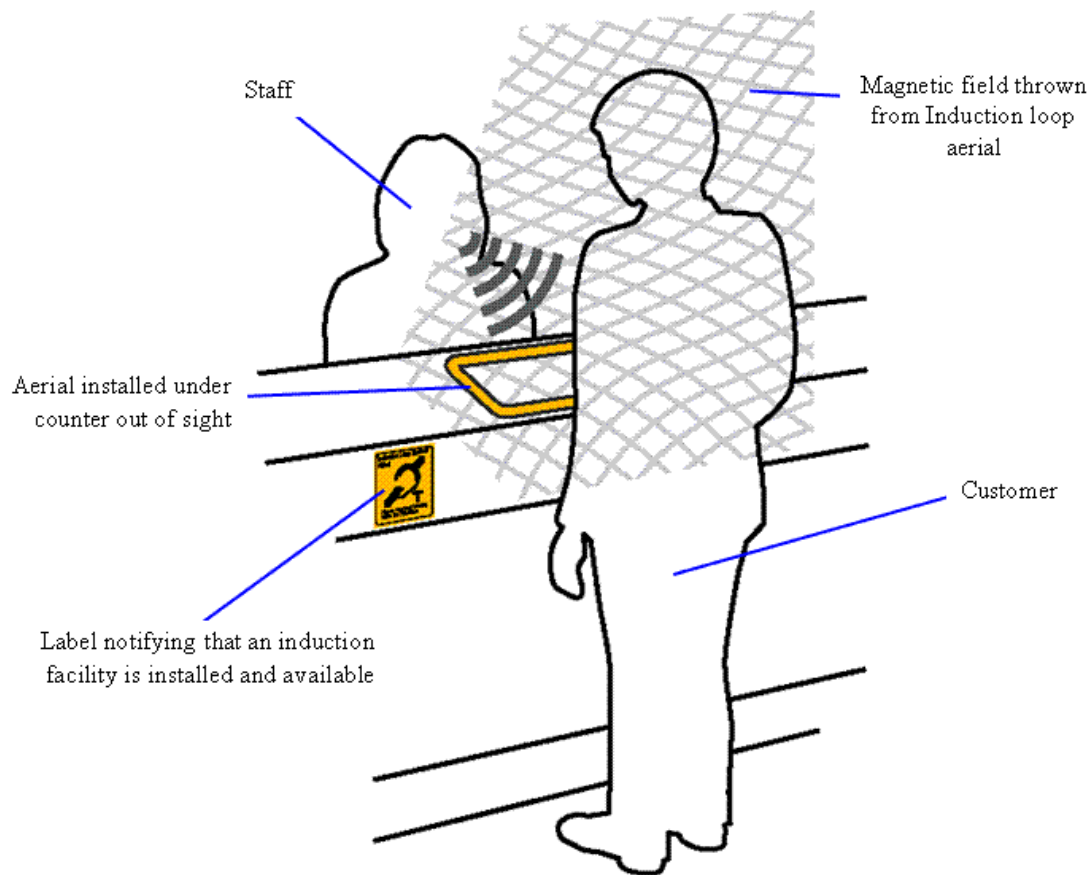
cownter gwasanaethu ac ati, ac mae'n gweithio fel antena sy'n anfon y signal magnetig i'r teclyn cymorth clyw.

Pam ddylech ddefnyddio dolen sain?

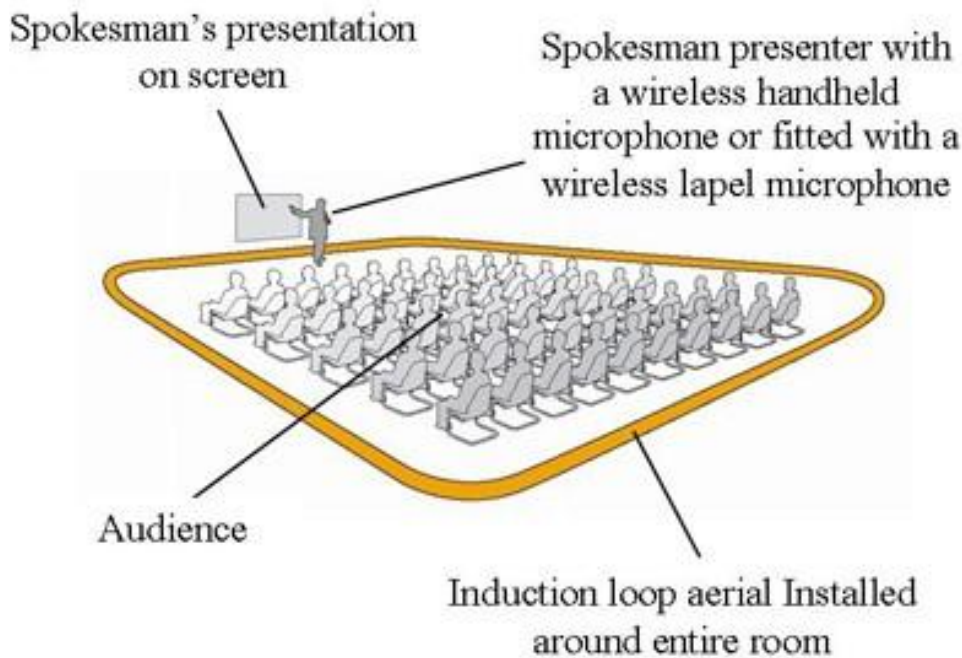
- Mae'n cael gwared sŵn cefndir diangen
- Dim angen defnyddio derbynnydd/clustffon
- Aiff y sain yn syth i mewn i'r teclyn cymorth clyw
- Gellir unrhyw un sydd â theclyn cymorth clyw cydnaws ei defnyddio
- Mae'n anamlwg
- Cost-effeithiol
- Gall unrhyw nifer o ddefnyddwyr ddefnyddio'r system

Ffynhonnell: <https://www.hearinglink.org/living/loops-equipment/hearing-loops/what-is-a-hearing-loop/>

Isod, gwelir diagram o ddolen sain mewn cownter siop neu fanc.



Isod, gwelir diagram o ddolen sain mewn ystafell (e.e. mewn digwyddiad, addoldy ac ati)



Defnyddio teclyn cymorth clyw â Gosodiad "T"

Mae 'telecoil' yn goil bychan mewn teclyn cymorth clyw. **Mae'r coil yn dderbynnu bach sy'n canfod signalau o system ddolen sy'n gweithredu fel maes electromagnetig.** Os defnyddir telecoil teclynnau cymorth clyw, gall y teclynnau drosi'r maes electromagnetig hwn yn signal sain.

I ddefnyddio'r system ddolen â theclynnau cymorth clyw, bydd angen ychwanegu rhaglen ddolen at eich teclynnau cymorth clyw. Os oes angen rhagor o gymorth a chyngor arnoch, holwch eich i'ch Awdiolegydd.

Teclynnau Gwranddo Cynorthwyol

Gallwch brynu offer ychwanegol i'w defnyddio ar y cyd â'ch teclynnau cymorth clyw i'ch helpu i reoli eich clyw. Cynigir rhywfaint o enghreifftiau o'r rhain isod:

Ffonau: Ceir ffonau a all weithio â gosodiadau dolen neu rai sydd â seinyddion ar gyfer pobl sy'n drwm eu clyw. Ar rai ffonau, ceir goleuadau sy'n fflachio neu fotymau mawr i helpu unigolion sydd â phroblemau â'u golwg a'u clyw.

Clociau larwm: Clociau larwm sy'n fflachio neu'n dirgrynu i ddwyn sylw'r unigolyn
Systemau galw: Gellir gosod y rhain i ddwyn eich sylw at amrywiaeth o declynnau gwahanol fel larymau mwg, clociau larwm neu declynnau monitro babanod.

Systemau Dolen Personol: mae'r rhain yn systemau dolen y gellir eu gosod o amgylch ystafell yn eich cartref neu'n system dolen gwddf y bydd y defnyddiwr yn ei gwisgo o amgylch ei wddf.

I gael rhagor o wybodaeth neu i brynu'r teclynnau hyn, trowch at:

www.connevans.co.uk

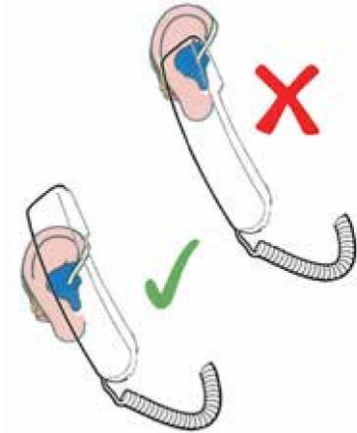
www.rnid.org.uk

www.hearinglink.org.uk

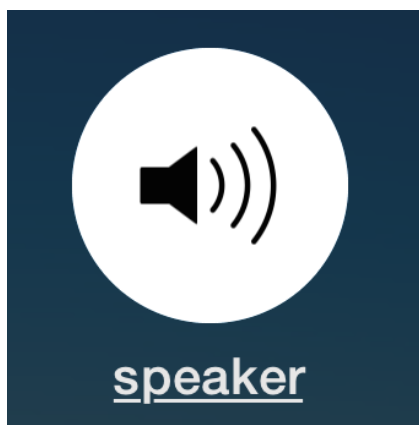
Maent hefyd ar gael yn nifer o siopau'r stryd fawr neu ar-lein. Os hoffech drafod yr opsiynau hyn, siaradwch ag Awdiolegydd.

Defnyddio Ffonau

Gall fod yn anodd defnyddio ffonau wrth wisgo teclynnau cymorth clyw. Byddwn yn dal derbynnydd ffôn wrth ein clust yn reddfól, mae'r teclyn cymorth clyw bellach yn rhwystr yn eich clust, felly efallai na fyddwch chi'n clywed yn dda iawn. Mae angen sicrhau bod derbynnydd y ffôn yn gydnaws â microffonau'r teclynnau cymorth clyw sydd ar ben y teclynnau. Gweler y diagram isod:



Efallai y byddwch chi'n clywed yn well wrth ddefnyddio gosodiad uchelseinydd y ffôn, oherwydd bydd hyn yn galluogi'r ddwy glust i glywed y sain. Os byddwch chi'n defnyddio ffôn symudol, chwiliwch am eicon y seinydd pan fyddwch chi'n ateb yr alwad. Ceir seinyddion mewn rhai ffonau llinell tir hefyd.

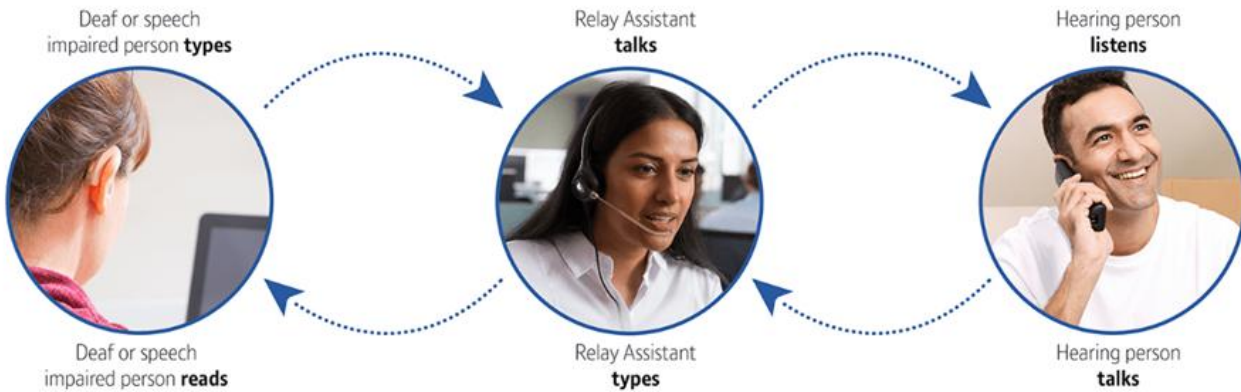


Mae'r rhan fwyaf o ffonau symudol yn gydnaws â dolenni, yn ogystal â phob ffôn llaw BT. Os oes gennych chi osodiad dolen ar eich teclyn cymorth clyw, ceisiwch ddefnyddio'r gosodiad hwn y tro nesaf y byddwch chi'n cael galwad. Gallai hyn wella'r sain.

Relay UK

Efallai y bydd rhai pobl sy'n ddwys-fyddar yn elwa o ddefnyddio ap trosglwyddo megis Relay UK. Mae'n defnyddio 'cynorthwydd trosglwyddo' i deipio beth fydd yr unigolyn ar ben arall y lein yn ei ddweud, a bydd yr unigolyn sydd â nam ar ei glyw yn gallu darllen hynny wedyn wedyn, ac ymateb i'r 'cynorthwydd trosglwyddo' a fydd wedyn yn cyfleu hynny wrth yr unigolyn arall.

A typical call using Relay UK



I

gael rhagor o wybodaeth, trowch at: www.relayuk.bt.com

Ap BeMore



Os oes gennych chi declyn cymorth clyw Ambio (trowch at y dudalen a gawsoch ar adeg gosod eich teclyn cymorth clyw i ganfod pa declyn clyw rydych chi wedi'i gael), gellir defnyddio'r rhain ag ap y gellir ei lawrlwytho ar y rhan fwyaf o ffonau symudol. Bydd yr ap yn caniatáu ichi reoli rhaglenni eich teclynnau cymorth clyw, addasu'r sain, a gwneud addasiadau bach gan ddefnyddio hidlwyr amrywiol i helpu i wella ansawdd sain. I ganfod a yw eich ffôn symudol yn gydnaws â'r ap, trowch at: www.danalogic.co.uk/apps/bemore-app a darllenwch yr adran sy'n cynnig gwybodaeth am gydnawsedd.

Sut i Gysylltu Eich Teclynnau Cymorth Clyw ag Ap Ffôn Clyfar BeMore ar Blatfform Android

1. Sicrhewch bod eich ffôn clyfar yn gydnaws drwy ddarllen y manylion yn www.userguides.gnhearing.com

2. Gosodwch fatris newydd ond gofalgwch fod eich teclynnau cymorth clyw wedi'u diffodd trwy adael droriau'r batris ar agor.
3. Agorwch adran gosodiadau eich ffôn a gofalgwch fod Bluetooth ar waith.



4. Agorwch Google Play Store
5. Chwiliwch am 'BeMore Smartphone App'
6. Tapiwch ar "Install" i ddechrau lawrlwytho'r ap
7. Pan fydd yr ap wedi'i lawrlwytho, cliciwch ar "Open" ac yna ar "Get Started" ar waelod ochr dde'r sgrin
8. Ar ôl ailgychwyn eich teclynnau cymorth clyw, byddwch yn cael cyfarwyddiadau ynghylch sut i'w cysylltu â'r ap - dilynwch y cyfarwyddiadau hyn



Bydd y data sydd wedi'u rhaglennu gan eich Awdiolegydd yn cael eu hychwanegu ar yr ap a bydd yn barod i'w ddefnyddio. Dim ond unwaith y bydd angen paru, a bydd y teclynnau'n ailgysylltu'n awtomatig ar ôl eu cychwyn a phan fyddant o fewn cyrraedd y ffôn clyfar gweithredol.

Sylwer: I allu ffrydio sain (e.e. galwadau ffôn neu gerddoriaeth), mae angen ategolyn PhoneClip+.

Sut i Lawrlwytho Ap Ffôn Clyfar BeMore ar Blatfform iPhone iOS

1. Sicrhewch bod eich ffôn clyfar yn gydnaws drwy ddarllen y manylion yn www.userguides.gnhearing.com
2. Gosodwch fatris newydd ond gofalgwch fod eich teclynnau cymorth clyw wedi'u diffodd trwy adael droriau'r batris ar agor.
3. Agorwch adran gosodiadau eich ffôn a gofalgwch fod Bluetooth ar waith.



4. Agorwch Apple App Store
5. Chwiliwch am 'BeMore for your hearing aids'

6. Os ydych chi'n defnyddio iPad, newidiwch yr hidlwyr yn y gornel chwith uchaf i 'Supports iPad Only'
7. Tapiwch ar "Get" i ddechrau lawrlwytho'r ap
8. Pan fydd yr ap wedi'i lawrlwytho, cliciwch ar "Open" ac yna ar "Get Started" ar waelod ochr dde'r sgrin
9. Byddwch yn cael y cais canlynol: "BeMore Would Like to Use Bluetooth" - cliciwch ar "Ok"
10. Ar ôl ailgychwyn eich teclynnau cymorth clyw, byddwch yn cael cyfarwyddiadau ynghylch sut i'w cysylltu â'r ap -



dilynwch y cyfarwyddiadau hyn

Bydd y data sydd wedi'u rhaglennu gan eich Awdiolegydd yn cael eu hychwanegu ar yr ap a bydd yn barod i'w defnyddio. Dim ond unwaith y bydd angen paru, a bydd y teclynnau'n ailgysylltu'n awtomatig ar ôl eu cychwyn a phan fyddant o fewn cyrraedd y ffôn clyfar gweithredol.

Sylwer: I allu ffrydio sain (e.e. galwadau ffôn neu gerddoriaeth), mae angen ategolyn PhoneClip+.

Os byddwch yn cael trafferth ag ap BeMore, trowch at dudalen 'Danalogic Patient Portal: ' www.danalogic.co.uk/patient-portal

Ap Phonak

Efallai bod rhai cleifion wedi cael teclynnau cymorth clyw Phonak. Gall teclynnau cymorth clyw Phonak weithio ag ap Phonak o'r enw 'MyPhonak'. Dyma'r teclynnau cymorth clyw sy'n gydnaws â'r ap ar hyn o bryd: Phonak Bolero M, Nova M, Naida M70 SP, Naida P70 UP. Mae'r cwmni hefyd yn cynnig teclynnau clyw pediatrig Marvel sy'n gweithio ag ap My Phonak Junior.

Ategolion Ychwanegol

Mae ategolion diwifr Danalogic GN yn ffrydio sain yn uniongyrchol i'ch dyfeisiau clyw. Gall y teclynnau hyn fynd i'r afael ag amrywiaeth o broblemau y gallai defnyddwyr teclynnau cymorth clyw eu profi. Rhestrir isod rai o'r teclynnau y mae GN Resound yn eu gwerthu.

Siaradwch â'ch awdiolegydd os hoffech drafod pa ategolion ychwanegol fyddai orau i chi.

Micro Mic a Multi Mic:



Manteision **Micro Mic**:

- Gellir ffrydio sain hyd at 25 metr oddi wrth y defnyddiwr os na fydd rhwystrau rhwng y defnyddiwr a'r sain
- Hyd at 10 awr o amser siarad bob tro y gwefrir y batri
- Amser gwefru - 3 awr
- Mae'n anamlwg
- Mae'n hawdd ei baru
- Gellir ychwanegu ategolion 2.4GHz ar unrhyw adeg heb fod angen rhaglennu meddalwedd
- Mae'n ailwefradwy

Mae **Multi Mic** yn cynnig yr holl bethau uchod ynghyd â:

- Hyd at 11 awr o amser siarad bob tro y byddwch yn gwefru'r batri
- Gellir ei ddefnyddio hefyd fel meicroffon i'w osod ar fwrdd, a gallwch glywed pawb sydd o'i gwmpas.
- Gellir ei gysylltu â systemau FM a Dolenni Sain
- Mae'n cynnwys soced ar gyfer jac bychan at ddibenion ffrydio sain o unrhyw declyn (fwy neu lai) sy'n cynnwys soced i fachu clustffonau, gan gynnwys setiau teledu clyfar.

Phone Clip+

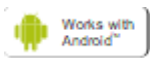


Manteision:

- Hyd at 6 awr o amser siarad ac 80 awr o amser yn y modd segur
- Botwm 'mute' i leihau'r holl synau cyfagos eraill fel y gallwch ganolbwyntio ar eich galwad
- Gellir ei gysylltu ar yr un pryd â dau declyn Bluetooth

(er enghraifft, ffôn a chyfrifiadur bellach)

- Nodwedd rheoli o bell hwylus ar gyfer eich teclynnau clyw
- Sain o ansawdd stereo wrth ffrydio cerddoriaeth
- Cysylltiad preifat a diogel
- Nodweddion gwrthod a throsglwyddo galwadau, deialu'r rhif olaf a deialu â llais



- Mae'n ailwefradwy
- Amser gwefru - 3 awr

TV Streamer 2

Manteision:

- Mae'n anfon sain stereo yn uniongyrchol i declynnau cymorth clyw heb fod angen unrhyw declynnau ychwanegol o amgylch y gwddf
- Mae'n hawdd ei ddefnyddio
- Mae'n anamlwg iawn
- Gall mwy nag un defnyddiwr gysylltu â'r un teclyn ar y tro



Remote Control a Remote Control 2



Manteision Remote Control

- Mae'r botymau cyffyrddol mawr ar Remote Control yn golygu bod newid gosodiadau ac addasu'r sain yn symlach nag erioed
- Mae'n hawdd ei ddefnyddio

- Gall addasu sain teclynnau cymorth clyw gyda'i gilydd neu'n unigol
- Gall newid rhaglenni teclynnau clyw

Manteision Remote Control 2:

- Gall addasu sain teclynnau cymorth clyw gyda'i gilydd neu'n unigol
- Gall newid rhaglenni teclynnau clyw
- Gall gychwyn rhaglenni ffrydio a rheoli cydbwysedd sain y teclyn clyw a sain y ffrydiwr
- Gall leihau synau cyfagos gan ddefnyddio'r botwm 'mute'

I brynu ategolion diwifr ar gyfer eich dyfeisiau clyw, trowch at:
www.wirelesshearing.co.uk Cyfrinair: Unite
 Cofiwch nodi cod yr ysbyty (PU00249-004) neu enw'r ysbyty yn ystod y broses dalu.

Ategolion Phonak

Gall cleifion sydd wedi cael teclyn cymorth clyw Phonak hefyd brynu teclynnau ychwanegol megis system Phonak Roger a system PartnerMic.



Gellir prynu'r rhain mewn manau megis Connevans a GordonMorris a busnesau manwerthu eraill y Stryd Fawr.

Defnyddio'r Gwasanaeth

Os bydd arnoch angen unrhyw gymorth neu wybodaeth ychwanegol, gallwch ddefnyddio'r gwasanaeth yn ein clinigau galw heibio. Lleolir y clinigau hyn yn **Ysbyty Brenhinol Gwent** yng Nghasnewydd, **Ysbyty Nevill Hall** yn y Fenni ac **Ysbyty Ystrad Fawr** yn Ystrad Mynach. Mae'r clinigau ar agor o ddydd Llun i ddydd Gwener (ac eithrio gwyliau banc), rhwng 9am a 12pm.

Gallwch hefyd anfon neges testun, e-bostio neu ffonio'r adran gan ddefnyddio'r manylion canlynol:

Rhif Ffôn: 0300 303 5651

Testun yn Unig: 07731479682

Cyfeiriad e-bost: ABB.GwentRGHAud@wales.nhs.uk

Mae gennym wefan hefyd sy'n cynnig gwybodaeth am Declynnau Cymorth Clyw a'r clinigau: bipab.gig.cymru/awdioleg a system archebu batris ar-lein: bipab.gig.cymru/batris

Grwpiau Cymorth Lleol

Grŵp cymdeithasol Deafblind UK yng Nghasnewydd

Ar gyfer pobl sydd â nam ar eu clyw a/neu eu golwg.

3ydd Dydd Gwener bob mis rhwng 1:30pm a 3:30pm

Lleoliad: Byddin yr Iachawdwriaeth, 1 Hill Street, NP20 1LZ.

Dolenni Defnyddiol

- **RNID yng Nghymru**

Llinell Wybodaeth, RNID, 9 Bakewell Road,

Orton Southgate, Peterborough, PE2 6XU

Cyfeiriad e-bost: cymru@rnid.org.uk **Llinell gymorth:** 0808 808 0123

- **Hearing Link**

Mae Hearing Link yn elusen ledled y DU sy'n cynnig cymorth a gwybodaeth i bobl â cholled clyw a'u teuluoedd. **Gwefan:** www.hearinglink.org

- **Tinnitus UK**

Mae Tinnitus UK yn elusen gofrestredig yn y DU sy'n cynorthwyo unigolion sydd â thinitws a'r anhwylderau cysylltiedig. **Llinell gymorth:** 0800 018 0527

Cyfeiriad e-bost: info@tinnitus.org.uk

Gwefan: www.tinnitus.org.uk

- **Mynediad at Waith**

Cynigir grant Mynediad at Waith i bobl y mae arnynt angen cymorth ymarferol â'u gwaith. Cynigir y grant i bobl sydd ag anabledd, cyflwr iechyd neu gyflwr iechyd meddwl.

Gwefan: www.gov.uk/access-to-work

- **Lwfans Myfyrwyr Anabl**

Mae Lwfans Myfyrwyr Anabl (DSA) yn gymorth i dalu'r costau sy'n gysylltiedig ag astudio sy'n deillio o broblem iechyd meddwl, salwch hirdymor neu unrhyw anabled arall. Gall gael y lwfans hwn ar ei ben ei hun neu yn ogystal ar ben unrhyw symiau cyllid myfyrwyr y byddwch yn eu cael. Mae'r math o gymorth a'r cyfanswm y byddwch ei gael yn dibynnu ar eich anghenion unigol - nid incwm eich cartref.

Nid oes angen i chi ad-dalu'r DSA.

Gwefan: www.gov.uk/disabled-students-allowance-dsa

- **Darllen gwefusau**

Mae'r wefan hon yn cynnig clipiau fideo ac ymarferion ysgrifenedig rhad ac am ddim ynghylch darllen gwefusau.

- **Gwefan:** www.lipreadingpractice.co.uk

- **Cwrs Iaith Arwyddion Prydain**

Mae cyrsiau wedi'u hariannu ar gael ar gyfer lefelau BSL 1, 2 a 3 trwy law ALS Training. Cynigir y cyrsiau hyn yn

ALS Training,
Ocean Park House,
Stryd Dwyrain Tyndall,
Caerdydd.
CF24 5ET

Gellir ariannu holl gostau'r cyrsiau yn os gall y dysgwr fodloni'r meini prawf cymhwysedd hyn:

- Byw yn y Brifddinas-Ranbarth neu
- Fyw yng Nghymru a gweithio yn y Brifddinas-Ranbarth

Mae'r Brifddinas-Ranbarth yn cwmpasu ardaloedd 10 awdurdod lleol y rhanbarth (Pen-y-bont ar Ogwr, Torfaen, Caerffili, Merthyr, Caerdydd, Casnewydd, Sir Fynwy, RhCT, Blaenau Gwent, Bro Morgannwg).

- **Ffrind i Mi**

Caiff y gwasanaeth hwn ei redeg gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan a'i bartneriaid ac mae'n cynnig gwasanaethau cyfeillio gwirfoddol i unrhyw un sy'n teimlo'n unig neu'n ynysig. **Llinell Gymorth:** 01495 768 645

Cyfeiriad e-bost: ffrindimi.abb@wales.nhs.uk

Gwefan: www.fferindimi.co.uk

- **Danalogic Patient Portal**

Dyma wefan sy'n cael ei rhedeg gan wneuthurwyr y teclynnau cymorth clyw GN y byddwn yn eu rhoi i'n cleifion. Mae'n cynnwys llawer o ddolenni defnyddiol ynghlŷn â sut i ddefnyddio'r cymhorthion a rhagor o wybodaeth am yr ap a'r ategolion.

Gwefan: www.danalogic.co.uk/patient-portal

Mae nifer o gwmnïau yn gwerthu ategolion ychwanegol, gan gynnwys:
www.connevans.co.uk
Gordonmorris.co.uk
www.hearinglink.org.uk

Uned Clyw a Chydbwysedd/Adran Awdioleg

I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â:

Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan
Rhif Ffôn: 0300 303 5651 Dydd Llun i ddydd Gwener (9am - 12.30pm)
Cyfeiriad e-bost: ABB.GwentRGHAud@wales.nhs.uk
Testun yn unig: 07814 610 009
Gwefan: bipab.gig.cymru/awdioleg
Archebu Batris Ar-lein: bipab.gig.cymru/batris

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