



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Aneurin Bevan  
University Health Board

## Taflen Wybodaeth Chwistrellydd Nitrad (GTN)

### Canolfan Adsefydlu Cardiaidd

#### Eich Meddyginiaeth Nitrad

Mae'r feddyginiaeth hon mewn dwy ffurf:

Chwistrellydd a thabledi.

- ◆ Defnyddir Glyseryl Trinitrad (GTN) i helpu i leddfu poen angina. (Poen neu anghysur yn y galon a deimlir fel arfer yn y frest ond gellir hefyd ei deimlo yn y safn, y gwddf, un neu'r ddwy fraich, yr ysgwyddau a'r cefn). Mae'n helpu i agor y rhydweliâu coronaidd ac yn gwella'r cyflenwad gwaed i gyhyr y galon.
- ◆ Hefyd, gellir ei ddefnyddio cyn ymarfer neu weithgaredd os teimlir y gallai hyn achosi poen.
- ◆ O'i roi o dan y tafod, mae'r effaith i'w deimlo rhwng 30 eiliad a 5 munud.
- ◆ Stopiwch yr hyn rydych yn ei wneud, eisteddwch i lawr os yn bosibl, gorffwyswch a cheisiwch ymlacio.
- ◆ Os cawsoch bresgripsiwn chwistrellydd neu dabledi GTN place rhowch y dabled neu ddau bwff o'r chwistrellydd o dan eich tafod. **Arhoswch 5 munud.**
- ◆ Os na fydd y ddos hon yn gweithio, gwnewch hyn eto'r ail waith. **Arhoswch 5 munud.**
- ◆ Os bydd y poen yn parhau ar ôl 2 ddos (10 munud) ffoniwch 999 ar unwaith am ambiwlans.

DYWEDWCH WRTHYN NHW BOD GENNYCH BOEN YN Y FREST. PEIDIWCH Â GYRRU I YSBYTY.

- ◆ Os nad oes gennych alergedd i aspirin, cnoiwch dabled aspirin (300mgs) os oes un wrth law. Daliwch i orffwys hyd nes i ambiwlans gyrraedd.

[www.nhsdirect.co.uk](http://www.nhsdirect.co.uk)  
[www.bhf.org.uk](http://www.bhf.org.uk)

Canllaw yw'r daflen wybodaeth hon.

Os bydd gennych unrhyw bryder neu gwestiwn am eich chwistrellydd GTN, gallwch drafod y rhain gyda'ch nyrs neu feddyg.

### **Rhifau Ffôn Defnyddiol**

Ysbyty Brenhinol Gwent, Casnewydd  
Ffôn:- 01633 - 234234

Ysbyty Nevill Hall, Y Fenni  
Ffôn:- 01873 - 732732

Adsefydlu Cardiaidd, Casnewydd  
Ysbyty Gwynllyw  
Ffôn:- 01633 – 238398 (oriau swyddfa)

Adsefydlu Cardiaidd, Y Fenni  
Ysbyty Nevill Hall  
Ffôn:- 01873 – 732510 (oriau swyddfa)

Adsefydlu Cardiaidd, Caerffili  
Ysbyty Ystrad Fawr  
Ffôn:- 01443- 802265 (oriau swyddfa)

Adsefydlu Cardiaidd, Pontypŵl  
Ysbyty'r Sir  
Ffôn:- 01495 – 768713 (oriau swyddfa)

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