Gwybodaeth i Gleifion

Canllawiau ar sut i ddefnyddio eich Cymorth Cerdded yn Ddiogel

Gwasanaeth Ffisiotherapi

Rydych wedi cael benthyg cymorth cerdded i'ch helpu i symud o gwmpas yn ddiogel. Mae'r daflen hon wedi'i rhoi i chi fel canllaw ar sut i ddefnyddio'r cymorth yn ddiogel a sut i ofalu amdano.
Cofiwch os gwelwch yn dda, eiddo BIPAB yw'r offer yma, ac mae'n rhaid i chi ei ddychwelyd pan na fyddwch yn ei ddefnyddio mwyach.

Pwyntiau Diogelwch Cyffredinol i'w Cofio

- Defnyddiwch eich cymorth cerdded yn unol â'r cyfarwyddiadau sydd wedi'u rhoi i chi
- Gwisgwch esgidiau gwastad, cefnogol
- Symudwch unrhyw beth sy'n eich rhwystro rhag cerdded yn y cartref ee rygiau rhydd, atalwyr drafftiau a gorchuddion llawr sydd wedi gwisgo
- Gwnewch yn siŵr fod golau digonol gennych
- Byddwch yn ofalus iawn ar loriau gwlyb neu pan fyddwch yn yr awyr agored ee wynebau anwastad, rhew ac ati
- Peidiwch â defnyddio eich cymorth os gwelwch unrhyw arwyddion ei fod yn cael ei or-ddefnyddio neu ddifrod
- Mae gan bob cymorth cerdded uchafswm o ran pwysau'r defnyddiwr – gellir dod o hyd i'r pwysau yma ar y cymorth cerdded a dylid cadw ato er mwyn sicrhau diogelwch.
- Dylid cymryd gofal er mwyn osgoi difrodi eich cymorth wrth i chi ei gludo yng nghefn y car
- Dylid storio fframiau cerdded ar i fyny ac nid ar ei hochr.

Cynnal a Chadw a Gwybodaeth Gyffredinol

- Cadwch y cymorth yn lân drwy ei sychu gyda cadach meddal tamp.
- Peidiwch â defnyddio unrhyw ysgraffinydd bras
- Mae’r cymorth wedi’i osod er mwyn diwallu eich anghenion penodol chi. Peidiwch â’i fenthyg i unrhyw arall na newid y gosodiadau uchder.
- Peidiwch a’i storio mewn tymheredd sy'n is na sero
- Gwiriwch nad oes unrhyw fframiau, coesau neu goesau wedi plygu ac nad oes unrhyw uniad yn rhydd, clipiau sbring wedi’u difrodi, handlenni wedi hollti neu amgarn neu olwyn wedi gwisgo
- Gellir prynu amgarnau newydd o siopau symudedd lleol, y rhan fwyaf o fferyllfeydd, siopau trwsio esgidiau ac ar-lein

Dychwelyd yr Offer

A fyddech cystal â dychwelyd y cymorth cerdded i’ch Adran Ffisiotherapi leol pan nad oes ei angen arnoch mwyaf, neu os ydych yn cael unrhyw broblemau gydag ef. Mae Adrannau Ffisiotherapi ar gael Ddydd Llun – ddydd Gwener rhwng 8:30 a 4:00pm.

Os nad oes modd i chi ddychwelyd y cymorth cerdded i ysbyty, gallwch drefnu iddo gael ei gasglu drwy Cefyndy Mediquip (mae’r manylion cyswllt ar y cymorth cerdded)

Gellir dod o hyd i wybodaeth ar wasanaethau cleifion allanol ffisiotherapi ar Wefan y Bwrdd Iechyd:

[Physiotherapy - Aneurin Bevan University Health Board (nhs.wales)]

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