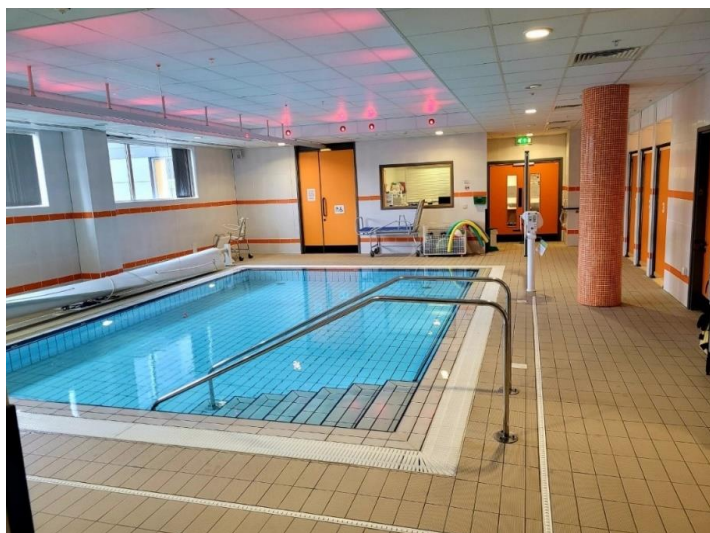


Gwybodaeth i Gleifion

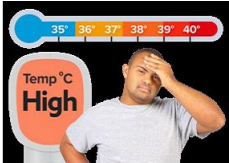
Hydrotherapi yn Ysbyty Ystrad Fawr

Gwasanaeth Ffisiotherapi



Gofynnwyd i chi fynychu hydrotherapi ar gyfer eich triniaeth ffisiotherapi

	Oherwydd COVID 19 bydd angen i ni ofyn rhai cwestiynau i chi cyn i chi fynychu hydrotherapi.
	Peidiwch â mynychu eich apwyntiad os ydych yn sâl. Peidiwch â mynychu os oes gennych unrhyw symptomau COVID neu os gofynnwyd i chi ynysu gan Tracio ac Olrhain.
	Os oes gennych unrhyw gwestiynau, cysylltwch â ni.
	Ysbyty Ystrad Fawr (YYF) - 01443 802587.

	Bydd angen i chi gyrraedd 10 munud yn gynnar ar gyfer eich apwyntiad.
	Gofynnir rhai cwestiynau i chi am COVID 19. Gall eich gofalwr neu berthynas helpu
	Gofynnir i chi ddefnyddio gel llaw a chymerir eich tymheredd
	Os yw eich tymheredd dros 37.8°C bydd angen i chi fynd adref a dilyn canllawiau cyfredol y Llywodraeth.
	A fydddech cystal â chael cawod cyn dod i mewn i'r pwll a gwnewch yn siŵr bod eich gwallt yn lân. Os oes gennych wallt hir, clymwch ef yn ôl neu defnyddiwch het nofio.
	Os oes angen rhywun arnoch i ddod i'r pwll i'ch helpu, rhowch wybod i'ch Ffisiotherapydd
	Bydd angen i'ch gofalwr/gofalwyr lenwi rhai ffurflenni fel y gallant ddod i'r pwll a'ch helpu. Mae'r rhain yn cynnwys asesiad risg, holiadur COVID a rhestr o afiechydon a fydd yn eu hatal rhag dod i mewn i'r pwll.
	Gallwch fynd i mewn ac allan o'r pwll gan ddefnyddio'r grisiau neu un o'r teclynnau codi.
	Bydd eich ffisiotherapydd yn gwisgo mwgwd wyneb yn y pwll a bydd pawb yn ardal y pwll yn gwisgo Cyfarpar Diogelu Personol. Gofynnir i chi wisgo mwgwd os gallwch.

	Bydd yr holl offer ac arwynebau'n cael eu glanhau'n rheolaidd. Efallai y gofynnir i chi neu'ch gofalwyr sychu mannau fel toiledau ar ôl i chi eu defnyddio.
	Ble mae'r Pwll Hydrotherapi?
	Parciwch yn adran 3 y maes parcio.
	Mae gan y mannau i'r anabl god lliw glas. Ewch i mewn i'r lifft o dan rif 3 a dilynwch yr arwyddion oren ar gyfer y pwll Hydrotherapi gyferbyn â'r ffreutur. Defnyddiwch y gel dwylo a phwyswch y buzzer a bydd rhywun yn eich gadael chi mewn/yn dod allan i gwrdd â chi.
	Beth i ddod â chi: • Tywelion • Gel cawod • Gorchudd wyneb
	Os byd angen teclyn codi bydd angen: • 2 Sling • 1 i fynd i mewn i'r pwll • 1 i eistedd ynddo pan fyddwch chi'n sych
	Eich gwisg nofio.
Sut i ddod o hyd i ni	Ysbyty Ystrad Fawr Ystrad Fawr Way Ystrad Mynach Hengoed, CF82 7GP Mewn car: Edrychwch ar Google Maps i gael cyfarwyddiadau.

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