



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan
University Health Board

Gwybodaeth i Gleifion Gweithdrefn Ôl-lawdriniaeth

Adran Dermatoleg

Sticer Cleifion
Ôl-lawdriniaeth

Dr/Nyrs _____

a gynhaliodd eich biopsi/mân lawdriniaeth heddiw. Y weithdrefn a gynhaliwyd oedd:

Er mwyn sicrhau eich bod yn gwella'n llwyr ac yn ddiogel, dilynwch y cyfarwyddiadau canlynol:-

- ☐ **Poen ar ôl llawdriniaeth** - Bydd effaith yr anesthetig lleol yn diflannu o fewn ychydig oriau. Os oes gennych boen, cymerwch Paracetamol NID Aspirin.
- ☐ **Gwaedu ar ôl llawdriniaeth** - Os yw'r clwyf yn dechrau gwaedu gwasgwch yn gadarn dros y gorchudd gyda chadach glân am 10 munud. Os nad yw'r gwaedu'n stopio, cysylltwch â'r Adran Dermatoleg.
- ☐ **Arwyddion o haint** - Efallai bydd y clwyf yn dyner am rai dyddiau, ac mae'n bosibl y bydd rhywfaint o chwyddo a chleisio. Mae hyn yn arferol. Os yw'r clwyf yn mynd yn fwy poenus, yn fwy coch neu os oes mwy o redlif ohono dros y dyddiau cyntaf, cysylltwch â'r Adran Dermatoleg.
- ☐ **Meddyginiaeth** - Os gofynnwyd i chi beidio â chymryd cyffuriau fel Aspirin neu Warfarin gallwch ail-ddechrau eu cymryd y diwrnod ar ôl eich llawdriniaeth.
- ☐ **Canlyniadau neu apwyntiad dilynol:** gallai'r canlyniadau gymryd hyd at 4-8 wythnos neu weithiau mwy a chysylltir â chi dros y ffôn neu trwy lythyr.
- ☐ **Gofal am y clwyf:**
 - ☐ Gorffwyswch. Dylech osgoi unrhyw weithgareddau egnïol.
 - ☐ Ar ôl 48 awr gallwch dynnu'r gorchuddion i gyd.
 - ☐ Os yw'ch gorchudd yn cwmpo oddi ar y clwyf yn y 48 awr cyntaf, rhowch orchudd newydd arno neu cadwch y clwyf yn lân ac yn sych.
 - ☐ Os oes gennych orchudd gwasgu cadwch hwn yn ei le am o leiaf 24 awr.

- ☐ Gallwch olchi'r rhan yma o'r corff, yn y gawod neu'r bath ar ôl 48 awr neu fel eich cynghorir.
- ☐ Os ydych wedi cael cyngor i roi Vaseline ar y clwyf, defnyddiwch ffon gotwm i roi digon ohono dros y pwythau unwaith neu ddwywaith y dydd nes caiff y pwythau eu tynnu.
- ☐ Os ydych yn ysmegu, ceisiwch gyfyngu ar hynny am o leiaf yr wythnos gyntaf ar ôl y llawdriniaeth i helpu'r clwyf i wella.
- ☐ Os ydych wedi cael llawdriniaeth ar y goes, byddem yn eich cynghori i wisgo esgidiau cyffyrddus a chodi eich coes gymaint â phosibl yn ystod yr ychydig ddyddiau nesaf.
- ☐ Trefnwch i'r nyrs practis neu'r nyrs gymunedol dynnu'ch pwythau/gorchuddion mewn ____ o ddiwrnodau.

Os oes gennych unrhyw bryderon am eich clwyf cysylltwch â'r Adran Dermatoleg ar: 01633 234646 dydd Llun - dydd Gwener 8am – 5pm Cysylltwch â'r Gwasanaeth Meddyg Teulu Tu Allan i Orlau ar ôl 5pm ac ar benwythnosau.

Os na allwch atal gwaedu a hynny'n digwydd ar ôl 5pm neu ar benwythnos, ewch i'r Adran Damweiniau ac Achosion Brys.

Esboniwyd y cyfarwyddiadau hyn i mi gan:

_____ (printiwch yr enw)

Llofnod:- _____

Dyddiad: _____

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