

**GWYBODAETH HAWDD  
EI DDARLLEN I  
GLEIFION**

**CAEL TRALLWYSIAD  
GWAED**

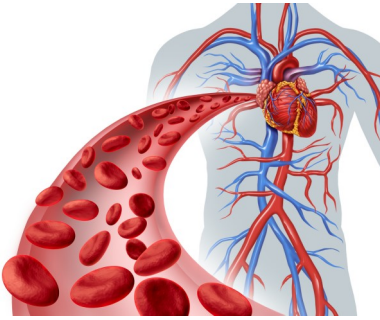


**Gwasanaeth Gwaed Cymru  
Welsh Blood Service**

8x



Mae pob un ohonom angen cael digon o waed yn ein cyrff i fod yn iach. Mae gan oedolion tuag wyth peint o waed yn eu cyrff.



Mae gwaed yn cario bwyd ac ocsigen o amgylch ein corff mewn tiwbiau o'r enw pibellau gwaed a gwythiennau. Mae hyn yn cadw ein corff yn iach.

Weithiau, rydym yn colli ychydig bach o waed. Er enghraifft, oherwydd bod ein trwyn yn gwaedu.



Mae'n ddiogel colli ychydig o waed oherwydd bod ein cyrff yn gallu creu rhagor o waed newydd.

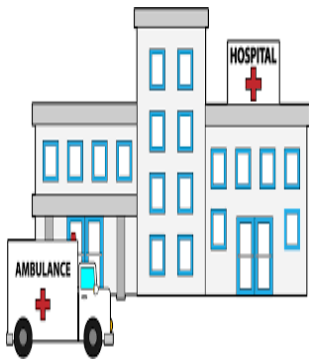


Ond mae adegau pan fyddwn yn colli llawer o waed.

Er enghraifft:



- ◆ ar ôl llawdriniaeth
- ◆ ar ôl cael babi
- ◆ ar ôl cael damwain ddrwg



Os byddwn yn colli gormod o waed, yna nid yw ein cyrff yn gallu creu mwy yn ei le, ac mae hynny yn gallu bod yn beryglus.

Mae cael trallwysiad gwaed yn un ffordd o roi'r gwaed rydym wedi'i golli yn ôl yn y corf. Mae'n gallu achub ein bywydau.



Efallai y bydd angen trallwysiad gwaed arnoch hefyd os nad yw eich gwaed mor iach ag y dylai fod, er enghraifft efallai y bydd gennych:

- ◆ Anhwyllder gwaed neu
- ◆ Afiechyd neu
- ◆ Efallai eich bod chi'n cael triniaeth fel cemotherapi.

Bydd y meddyg neu'r nyrs yn esbonio pam bod angen trallwysiad gwaed arnoch chi.



Os nad ydyn nhw'n gwneud hyn, mae'n iawn gofyn iddyn nhw pam eich bod chi angen trallwysiad.

Os ydych chi eisiau aelod o'r teulu neu weithiwr cymorth i ddod gyda chi, mae hynny'n iawn.



Efallai y byddwch yn gallu cael triniaeth arall yn lle trallwysiad gwaed. Os ydych chi eisiau gwybod mwy am driniaethau eraill posibl, gofynnwch i'ch meddyg neu'ch nyrs.

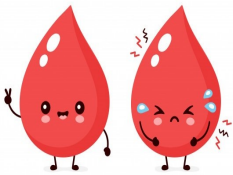


Nid ydy'r meddyg yn gallu rhoi trallwysiad i chi heb i chi gytuno.

Efallai y bydd rhaid i chi lofnodi eich enw ar ffurflen i ddweud eich bod chi'n cytuno i gael trallwysiad gwaed.



Os oes gennych chi, aelod o'ch teulu neu weithiwr cymorth unrhyw bryderon neu gwestiynau, mae'n bwysig eich bod chi'n gofyn i'r meddyg neu'r nyrs.



Cyn y trallwysiad, bydd y meddyg neu'r nyrs yn cymryd sampl fach o'ch gwaed i wirio eich teip o waed. Bydd hwn yn cael ei anfon i labordy i'w profi.



Bydd y meddyg neu'r nyrs yn gwneud yn siŵr eich bod chi'n cael gwaed gan roddwr gwaed sydd â'r un grŵp gwaed â chi.

RHODDWR GWAED



Os oes angen trallwysiad gwaed arnoch, byddwch yn derbyn gwaed gan rywun o'r enw rhoddwr gwaed.

Mae gwaed yn cael ei dynnu gan y rhoddwr gwaed ac yn cael ei storio mewn bag wedi'i selio.

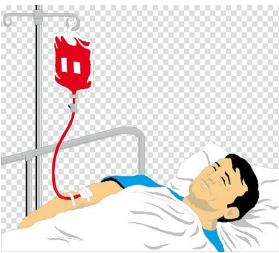


Cyn cael y trallwysiad gwaed, byddwch yn cael band arddwrn gyda'ch enw a'ch manylion arno. Y rheswm am hyn yw i wneud yn siŵr eich bod chi'n cael y gwaed cywir ar gyfer eich trallwysiad.



Efallai y byddwch yn cael eich trallwysiad gwaed

- ♦ yn eistedd mewn cadair neu



- ♦ yn gorwedd ar wely.



Bydd y meddyg neu'r nyrs yn rhoi nodwydd fach yn eich braich neu yng nghefn eich llaw. Canwla ydy'r enw ar y nodwydd hon.

Efallai y byddwch yn teimlo pigiad siarp pan fydd y nodwydd yn mynd i mewn.



Os ydych chi'n poeni am hyn, gallwch ofyn i'r meddyg am eli lleihau teimlad. Mae'r eli hwn yn mynd ar eich braich neu ar gefn eich llaw, ac yn helpu i atal poen o'r nodwydd.



Mae'r bag o waed sydd wedi cael ei roi (eich trallwysiad) yn cael ei gysylltu i diwb plastig tenau.

Mae'r tiwb plastig wedi'i gysylltu â'r nodwydd yn eich braich neu law.



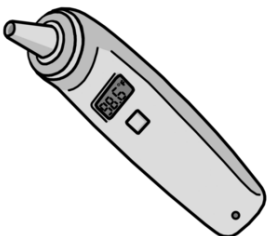
Bydd y gwaed yn llifo'n araf o'r bag i'r tiwb plastig a thrwy'r nodwydd i un o'ch gwythiennau yn eich braich.

Ni ddylai hyn frifo. Os yw'n brifo, dywedwch wrth y nyrs ar unwaith.



Mae'n gallu cymryd hyd at bedair awr i un bag o waed fynd i mewn i'ch corff. Weithiau, efallai y bydd angen mwy nag un bag o waed arnoch.

Bydd y nyrsys yn parhau i gadw golwg arnoch pan fyddwch chi'n cael eich trallwysiad gwaed.



Byddant yn cymryd eich tymheredd a'ch pwysedd gwaed.



Os byddwch chi'n teimlo'n sâl ar unrhyw adeg, ac yn mynd:

- ♦ yn boeth iawn neu



- ♦ yn oer iawn neu



- ♦ yn datblygu brech

yna, rhowch wybod i'r meddyg neu'r nyrs ar unwaith.



Ar ôl eich trallwysiad gwaed, efallai y byddwch yn gallu mynd adref ar yr un diwrnod. Bydd y meddyg neu'r nyrs yn dweud wrthy'ch sut i ofalu amdanoch chi eich hun pan fyddwch yn mynd adref.



Weithiau, ar ôl eich trallwysiad gwaed, efallai y bydd angen i chi aros yn yr ysbyty i wella. Bydd y meddyg neu'r nyrs yn esbonio hyn i chi.



Os oes gennych chi, aelod o'ch teulu neu weithiwr cymorth unrhyw gwestiynau o gwbl, mae'n bwysig eich bod chi'n gofyn i'r nyrs neu'r meddyg.

Hoffai Gwasanaeth Gwaed Cymru ddiolch i'r cyfranwyr canlynol:

- Tîm Cymunedau Actif Vale People First, gyda diolch arbennig i Alison Kendrick
- Cardiff People First



**Gwasanaeth Gwaed Cymru**  
**Welsh Blood Service**