Hwb Llawfeddygol Ysbyty Llandochau
Surgical Hub @Llandough

GIG CYMRU NHS WALES | Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro | Cardiff and Vale University Health Board

Gwybodaeth am ryddhau cleifion ar ôl

LLETZ (toriad dolen fawr o'r ardal drawsffurfio)

Ôl-ofal:

- Gallwch ddisgwyl cael rhedlif wedi'i staenio â gwaed am ychydig ddyddiau, a all droi'n frown tywyll neu'n ddu.
- Yn dilyn hyn, efallai y cewch redlif dyfrllyd pinc am tua 3 wythnos.
  - Efallai y byddwch chi'n profi poen tebyg i fislif am tua 3 diwrnod.
  - Cymerwch Paracetamol ac Ibuprofen yn ôl yr angen.

Cymerwch Paracetamol yn unig os oes gennych asthma/anoddefiad/alergedd i Ibuprofen.

Pethau i'w hosgoi:

Am y 4 wythnos nesaf ar ôl y driniaeth, dylech osgoi:

- Tamponau/cwpanau mislif, gan y gallant amharu ar iachâd ac achosi haint - defnyddiwch badiau mislif yn lle hynny.
- Unrhyw fath o ryw fagina treiddiol.
- Ymarfer corff trwm sy'n achosi i chi chwysu, fel rhedeg neu ymarfer corff yn y gampfa.
- Nofio/bath hir – gallwch barhau i gael cawod fel arfer.

Cysylltwch â'ch Meddyg Teulu, Clinig Colposgopi, 111 neu'r Hwb Llawfeddygol os ydych chi'n profi:

- Rhedlif ag arogl annymunol.
- Poen difrifol neu sy'n gwaethygu
- Gwaedu trwm

Gwybodaeth Ychwanegol:

https://www.rcog.org.uk/for-the-public/browse-our-patient-information/large-loop-excision-of-the-transformation-zone-lletz/

Rhifau cyswllt allweddol

Os oes gennych unrhyw bryderon gallwch gysylltu â'ch:

Meddyg teulu neu **111**

Clinig colposgopi (9am-5pm Dydd Llun – Dydd Gwener): **02921 841860**

Ward gynaecoleg yn Ysbyty Athrofaol Cymru (24 awr): **02921 843857**

Hwb Llawfeddygol (7am-7pm Dydd Llun-Dydd Gwener) – **02921 826510** neu **02921 826348**

Fersiwn 1.0 Mai 2026