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 torri briw/syst ar y croen neu wal y fagina

Ôl-ofal:

- Cadwch unrhyw orchudd/ion ymlaen am y 48 awr gyntaf.
- Ceisiwch gadw'r ardal yn lân ac yn sych am yr wythnos nesaf tra bod yr ardal yn gwella.
- **Pwythau hydawdd:** bydd y rhain yn hydoddi ar eu pennau eu hunain yn yr wythnosau - misoedd nesaf.
- **Pwythau anhydawdd:** mae angen tynnu'r rhain yn eich meddygfa o fewn 7-10 diwrnod oni bai eich bod yn cael cyngor gwahanol.
- **Glud:** bydd hyn yn dechrau dod i ffwrdd ymhen 5-10 diwrnod.
- Os yw'r llawfeddyg wedi anfon sbesimen i'w brofi, cysylltir â chi ynglŷn â'ch canlyniadau o fewn 6 wythnos – gofynnwch i'ch nyrs a yw hyn yn berthnasol i chi.
- Os nad ydych wedi clywed unrhyw beth ar ôl 6 wythnos, cysylltwch ag ysgrifennydd eich llawfeddyg drwy switsfwrdd yr ysbyty – 02920 747 747.

Pethau i'w hosgoi:

- Tynnu unrhyw orchudd yn ystod y 48 awr gyntaf.
- Ymdrochi mewn dŵr (bath, nofio, jacuzzi) am bythefnos tra bod y clwyf yn gwella – gallwch gael cawod.
- Defnyddio pethau ymolchi persawrus.
- **Ar gyfer briwiau'r fagina:** dylech osgoi cwpanau mislif, tamponau a chyfathrach rywiol am 4-6 wythnos.

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

- Rhedlif o'r fagina ag arogl annymunol.
- Gwaedu difrifol neu waedu sy'n gwaethygu.
- Chwydd, rhedlif neu gochni.
- Twymyn.

Rhifau cyswllt allweddol

Os oes gennych unrhyw bryderon gallwch gysylltu â'ch:

Meddyg teulu neu **111**

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

Cleifion Allanol Gynaecoleg: **02921 841889**

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

Fersiwn 1.0 Mai 2026