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 wrth Ryddhau Cleifion ar ôl Triniaethau'r Croen

Ôl-ofal:

- **Cadwch eich clwyf(au) yn sych am y 48 awr nesaf**
    - Ar ôl 48 awr, gallwch gael cawod fel arfer a gwlychu'r ardal.
- Cymerwch feddyginiaeth lleddfu poen yn rheolaidd am 2-3 diwrnod ar ôl y llawdriniaeth, ac yna yn ôl yr angen ar gyfer poen.
- Gwnewch yn siŵr bod eich dwylo'n lân a rhowch haen o'r eli Chloramphenicol (maint hanner pysen) a roddwyd i chi ar bresgripsiwn, ar y clwyf, ddwywaith y dydd am wythnos.

Cau Clwyfau:

- **Pwythau hydawdd**: mae'r rhain yn hydoddi mewn 1-3 wythnos.
- **Pwythau anhydawdd:** Bydd angen tynnu'r rhain yn eich practis meddyg teulu ymhen 7-10 diwrnod (neu yn ôl y cyfarwyddyd a roddwyd i chi gan eich llawfeddyg).
- **Glud:** Bydd hwn yn hydoddi ar ei ben ei hun dros gyfnod o wythnos. Nodwch y gallai'r croen bilio ychydig – mae hyn yn normal.

Os ydych chi wedi cael grafftiad croen:

- Mae angen i'ch gorchudd aros yn ei le a'i gadw'n sych am 7-14 diwrnod. Bydd hyn yn cael ei adolygu yn y clinig a bydd eich gorchudd yn cael ei newid.
- Byddwch wedi cael gwrthfiotigau. Cwblhewch y cwrs llawn fel y cafodd ei ragnodi.

Pethau i'w hosgoi:

- Cymryd aspirin (oni bai bod eich meddyg wedi rhoi cyngor gwahanol i chi).
- Defnyddio powdr talc/hylif swigod bath/cynhyrchion wedi eu persawru neu jeliau/elïau heb fod ar bresgripsiwn i lanhau eich clwyfau.

Eich apwyntiad dilynol:

Bydd apwyntiad dilynol wedi'i gynllunio yn cael ei drefnu ar eich cyfer ac yno trafodir canlyniadau eich triniaeth. Byddwch yn cael gwybodaeth am hyn.

Cysylltwch â thîm yr Ên a'r Wyneb, yr Hwb Llawfeddygol neu eich Meddyg Teulu os ydych yn profi:

- Twymyn.
- Cyfog/chwydu.
- Rhedlif neu wres o amgylch eich clwyf.
- Yn cael anawsterau wrth basio wrin neu agor eich coluddion ar ôl eich anesthetig.
- Cwestiynau/pryderon am eich llawdriniaeth.

Os bydd y clwyf yn gwaedu, defnyddiwch hances bapur wlyb i bwyso'n gadarn ar yr ardal am 10 munud; ailadroddwch y broses hon os oes angen.

Ffoniwch dîm yr Ên a'r Wyneb/ewch i'r Adran Ddamweiniau ac Achosion Brys os oes gennych:

- Waedu sy'n para ar ôl 20 munud o bwysau.
- Poen ddifrifol neu boen sy'n gwaethygu.

Rhifau cyswllt allweddol:

Adran yr Ên a'r Wyneb:

Dydd Llun i Ddydd Gwener 9am - 5pm - **02921 846349**

Ar ôl 5pm neu ar benwythnosau/gwyliau banc - Ffoniwch switsfwrdd yr ysbyty ar **02920 747747** a gofynnwch am **'Feddyg Preswyl yr Ên a'r Wyneb ar-alwad'**

Hwb Llawfeddygol (Dydd Llun i Ddydd Gwener 7am-7pm):

Llawr cyntaf – **02921 826510**

Llawr gwaelod – **02921 826348**

Eich Meddyg Teulu neu 111