Oedolion angen prawf llygaid

Mae adnabod yr arwyddion rhybudd yn gallu bod yn anodd iawn oherwydd mae colli golwg yn gallu bod yn raddol, ac nid oes teimladau poenus nac anghysur yn amlwg gyda llawer o’r afiechydon llygaid.

Efallai bydd angen prawf llygaid ar oedolyn os maent yn…

- blino yn gyflym
- rhwbio eu llygaid llawer
- cymryd yn hirach na rhai eraill i gwblhau tasgau yn gyson
- cael trafferth darllen print bychan, neu gwblhau gwaith manwl
- cwyno am ben tost yn aml
- methu ymyl y bwrdd wrth geisio dodi pethau i lawr
- cwympo dros wrthrychau sydd yn eu ffordd
- dibynnu gormod ar gefnogaeth i gwblhau tasgau / symud o gwmpas
- golwg aneglur neu gymylog
- cael ei dallu gan oleuadau car neu golau’r haul
- cael fflachiau o olau neu/a chawodau o sbotiau tywyll, sef nofion
- golwg wedi colli lliw
- cael trafferth dehongli darluniau / lluniau dan golau gwan neu os nad ydy’r cyferbyniad yn dda
- cael trafferth gweld pethau yn ei golwg perifferol - golwg o’r ochr, i fyny ac o dan
- cael trafferth gweld yn y tywyllwch

Gwnewch apwyntment i gael prawf llygaid gydag optometrydd cyn gynted â phosib.

RNIB Cymru
yn cefnogi pobl ddall ac â golwg rhannol
supporting blind and partially sighted people

Rhif elusen gof. 226227
Reg charity no. 226227