GWYBODAETH I'R CLAF - Lleddfu Poen (Plentyn)

Os oes gan eich plentyn unrhyw boen neu dwymyn, gallwch roi meddyginiaeth fel parasetamol (Calpol neu Disprol) neu ibwproffen (Nurofen) iddynt. Nodwch fod Ibwproffen a pharasetamol ar gael heb enwau brand hefyd, hynny yw enwau generig mewn archfarchnadoedd a fferyllfeydd.

Parasetamol

Gall babanod a phlant gael parasetamol os ydynt dros ddeufis oed. Gofynnwch am gyngor eich meddyg os yw eich plentyn yn llai na 3 mis oed.

Ibwproffen

Gellir defnyddio ibwproffen i leddfu llid, poen neu dwymyn os ydych wedi rhoi cynnig ar barasetamol ac nad yw ef wedi gweithio. Os yw eich plentyn yn iau na thri mis neu yn pwyso llai na 5 cilogram bydd eich meddyg teulu yn gallu rhoi cyngor i chi ar beth sydd orau i'w roi iddo.

Peidiwch â rhoi aspirin neu unrhyw feddyginiaethau sy'n cynnwys aspirin i blant o dan 16 oed.

Dylech bob amser darllen y cyfarwyddiadau ar y meddyginiaethau cyn eu rhoi i'ch plentyn.

Os bydd angen yr wybodaeth hon arnoch chi mewn iaith neu ar ffurf arall gofynnwch i aelod o'r staff os gwelwch yn dda

Os bydd eich plentyn yn parhau i fod yn sâl ar ôl rhoi meddyginiaeth leddfu poen cysylltwch â'i feddyg teulu neu gallwch ffonio Galw Iechyd Cymru ar 0845 46 47 a siarad gyda nyrs cynghorol.

*Cyngor ar leddfu poen

Mae hi’n debyg y cawsoch chi rywbeth i leddfu poen gan y gweithwyr iechyd proffesiynol yn yr Adran Damweiniau ac Achosion Brys. Os daw hyn i ben, a bod angen poen laddwr pellach arnoch chi, fe allwch chi siarad â fferyllydd am gyngor. Gallwch brynu rhai poen laddwyr cyffredin dros y cownter, er enghraifft parasetamol neu ibwproffen. Dilynwch y cyfarwyddiadau ar y pecyn bob tro os byddwch yn cymryd y rhain, a gofynnwch am gyngor gan y fferyllydd os byddwch yn poeni am unrhyw beth, yn arbennig os bydd am blentyn.

Dewis doeth
Choose well

Os byddwch chi’n sâl, neu yn cael eich anafu, dewiswch y gwasanaeth cywir gan y GIG er mwyn sicrhau’r driniaeth orau. Mae ymgyrch Dewis Doeth yn esbonio beth mae pob gwasanaeth yn ei wneud a phryd y dylid ei ddefnyddio.

Bydd dewis yn ddoeth yn golygu eich bod chi a’ch teulu yn derbyn y driniaeth orau. Mae hefyd yn feddwl bod gwasanaethau prysur y GIG ar gael i gynorthwyo’r bobl sydd â’r angen mwyaf.

Os nad ydych yn sicr pa ddewis yw’r un cywir, a wnewch chi ffonio Galw Iechyd Cymru ar 0845 46 47 os gwelwch yn dda neu ewch at wefan dewis doeth www.dewisdoethcymru.org.uk

Os bydd angen yr wybodaeth hon arnoch chi mewn iaith neu ar ffurf arall gofynnwch i aelod o’r staff os gwelwch yn dda

Cyngor neu wybodaeth bellach
Galw Iechyd Cymru – 0845 46 47
www.galwiechydcymru.wales.nhs.uk

Mae'r wybodaeth hon wedi cael ei gynhyrchu yn seiliedig ar daflenni gwybodaeth flaenorol a'r dystiolaeth sydd ar gael ar adeg cyhoeddi. Mae wedi cael ei adolygu'n glinigol, fodd bynnag, os ydych yn sylwi ar unrhyw beth y mae angen diweddaru neu ddiwygio, cysylltwch â ppi.team@wales.nhs.uk

Os bydd angen yr wybodaeth hon arnoch chi mewn iaith neu ar ffurf arall gofynnwch i aelod o'r staff os gwelwch yn dda

Cyngor neu wybodaeth bellach
Galw Iechyd Cymru – 0845 46 47
www.galwiechydcymru.wales.nhs.uk