



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Beth sy'n digwydd pan gewch chi brawf am y Coronafeirws (COVID-19)



Dogfen **Hawdd ei Darllen** gan Lywodraeth Cymru yw hon

Mae COVID-19 yn salwch newydd. Mae llawer o bobl yn ei alw'n coronafeirws. Mae'n gallu effeithio ar yr ysgyfaint ac ar anadlu.

1. Symptomau'r coronafeirws



- tymheredd uchel
- dechrau peswch yn barhaus – sef peswch llawer am fwy nag awr neu beswch am 3 chyfnod neu fwy y dydd
- colli neu newid yn y gallu i aroglu neu flasau.

2. Beth i'w wneud os oes gennych symptomau



Os oes unrhyw symptomau arnoch chi neu rywun arall yn y tŷ, rhaid ichi aros gartref a dilyn y [canllawiau Aros Gartref](#).

3. Cymryd prawf



Rhaid [cymryd prawf](#) yn y 5 diwrnod cyntaf ar ôl cael symptomau. Dyna pryd mae'r prawf yn gweithio orau.

4. Canlyniad y prawf

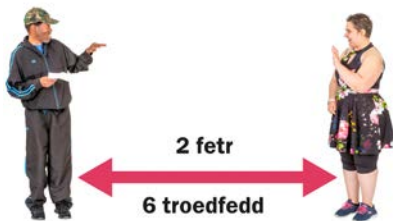


Cewch wybod canlyniad eich prawf mewn galwad ffôn/tecst neu lythyr.

- Os yw'r prawf yn **negatif**, does dim rhaid i chi na'r bobl eraill yn y tŷ aros gartref.
- Os yw'r prawf yn **bositif**, bydd rhywun o'r Gwasanaeth Iechyd yn cysylltu â chi. DIM OND os yw eich prawf yn bositif byddan nhw'n cysylltu.

5. Pa gwestiynau fydd y Gwasanaeth Iechyd yn ofyn?

Bydd y Gwasanaeth Iechyd yn gofyn am yr wybodaeth yma:



- Pwy ydych chi wedi bod gyda nhw, a lle ydych chi wedi bod ers i chi ddechrau cael symptomau, ac yn y ddau ddiwrnod cyn hynny.



Mae hyn yn golygu:

- Pobl rydych chi wedi bod yn agosach nag un metr (neu un cam) atynt am funud neu fwy, neu
- pobl rydych chi wedi bod yn agosach na dau fetr (3 cham) atynt am 15 munud neu fwy.



- Pobl sydd wedi teithio gyda chi mewn cerbyd e.e. car.
- Pobl rydych chi wedi eistedd wrth eu hymyl mewn bws neu drên.



Byddwch yn ofalus! Efallai bydd pobl yn ffonio gan ddweud celwydd eu bod yn gweithio i'r Gwasanaeth Iechyd. Fydd yr NHS **byth** yn gofyn am:

- Eich manylion banc neu wybodaeth arall am eich arian.
- Unrhyw gyfrinair (password).

Os ydych chi ddim yn siŵr, peidiwch â rhoi'r wybodaeth a rhowch y ffôn i lawr.

DIM OND fel hyn bydd y Gwasanaeth Iechyd yn cysylltu

Tects o +447775106684

Ebost o olrhain@wales.nhs.uk /

tracing@wales.nhs.uk

Ffôn - 02921 961133.

Fydd dim rhifau ffôn nac ebyst eraill yn cael eu defnyddio.

6. Cysylltu â phobl



Bydd rhywun o'r Gwasanaeth Iechyd yn siarad gyda'r bobl sydd wedi bod yn agos atoch chi.

Byddan nhw'n dweud wrthynt eu bod wedi bod yn agos at rywun sydd â'r coronafeirws.

Fyddan nhw ddim yn dweud eich enw chi heb eich caniatâd.

Bydd y bobl sydd wedi bod yn agos atoch chi'n gorfod cymryd prawf os oes ganddynt symptomau.

Daw'r lluniau yn y ddogfen hon o Photosymbols:
www.photosymbols.com/