

GWYLIWCH AM EICH GWAHODDIAD SGRINIO

Mae sgrinio wedi'i gynllunio ar gyfer pobl sy'n teimlo'n iach ac nad oes ganddynt unrhyw symptomau.



Mae tair rhaglen sgrinio canser genedlaethol am ddim yn y DU; bronnau, coluddion a cheg y groth.



I gael eich gwahodd am sgrinio, mae angen i chi fod wedi cofrestru gyda meddyg teulu. Pan fyddwch yn derbyn eich gwahoddiad sgrinio, anfonir gwybodaeth am y prawf sgrinio hefyd. Mae'n bwysig eich bod yn darllen hwn, fel y gallwch bwysu a mesur a hoffech chi gymryd rhan ai peidio.



Hyd yn oed os ydych chi wedi cael eich sgrinio ac ni waeth pa oedran ydych chi, mae'n bwysig dweud wrth eich meddyg os ydych chi'n sylwi ar unrhyw beth sydd yn arferal i chi.



Mae pobl yn dod yn gymwys i gael y gwahanol brofion sgrinio ar wahanol oeddrannau. Defnyddiwch ein hoffer yn ar-lein syml yn cruk.org/screening i wirio pryd y cewch eich gwahodd.

MAE DIAGNOSIO'N GYNNAR YN ACHUB BYWYDAU

Beth os yw'n ganser? Pan sylwir ar ganser yn gynnar, mae triniaeth yn fwy tebygol o fod yn llwyddiannus. Diolch i ymchwil, erbyn hyn mae triniaethau'n fwy caredig ac yn fwy effeithiol nag erioed. Ac mae cyfraddau goroesi ar i fyny.

SUT I GAEL GWYBOD RHAGOR



RYDYM AR-LEIN...

Canfyddwch ragor am ddiagnosio canser yn gynnar, gan gynnwys gwybodaeth ynghylch sgrinio ledled y DU, yn cruk.org/spotcancerearly



...AC AR Y FFÔN

Mae ein Llinell Gymorth Nyrsio yno os ydych chi'n chwilio am unrhyw wybodaeth neu gymorth. Ffoniwch **0808 800 4040**.

Os hoffech chi ddarparu unrhyw adborth ar y daflen hon neu os hoffech wybod rhagor am y ffynonellau gwybodaeth a ddefnyddiwyd i'w chreu, ffoniwch 020 3469 8333 neu e-bostiwch publications@cancer.org.uk

Ac os oes gennych unrhyw gwestiynau am Ymchwil Canser DU neu os hoffech gefnogi'r hyn rydym yn ei wneud, gallwch ffonio 0300 123 1022.

Gyda'n gilydd, wnawn guro canser



© Cancer Research UK
Cyf: SCE02M Tachwedd 2017 I'w adolygu erbyn: Tachwedd 2019
Elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (1089464), yr Alban (SC041666) ac Ynys Manaw (1103)



MAE DIAGNOSIO CANSER YN GYNNAR YN ACHUB BYWYDAU

GWYBODAETH
AR GYFER
DYNION



CYMERWCH REOLAETH

Efallai eich bod wedi codi'r daflen hon oherwydd yr hoffech chi wybod am sylwi ar symptomau canser. Efallai fod rhywun rydych chi'n ei adnabod wedi cael ei gyffwrdd ganddo, neu efallai eich bod chi'n chwilfrydig yn unig.

Beth bynnag yw'ch sefyllfa, byddwch yn canfod gwybodaeth ynghylch beth i wyllo amdano, awgrymiadau ar gyfer gweld eich meddyg os nad yw rhywbeth yn gwbl iawn, a rhai ffeithiau allweddol ynghylch sgrinio.

Os ydych chi wedi sylwi ar rywbeth anghyffredin, cofiwch: chi sy'n rheoli yma.

Yn y rhan fwyaf o achosion, ni fydd yn ganser – ond mae bob amser yn well trefnu iddo gael ei wirio gan eich meddyg.



ADNABYDDWCH EICH CORFF

Dewch i wybod beth sy'n normal i chi. Os byddwch yn sylwi ar unrhyw un o'r symptomau hyn, neu unrhyw beth arall nad yw'n gwbl iawn, gwelwch eich meddyg.*

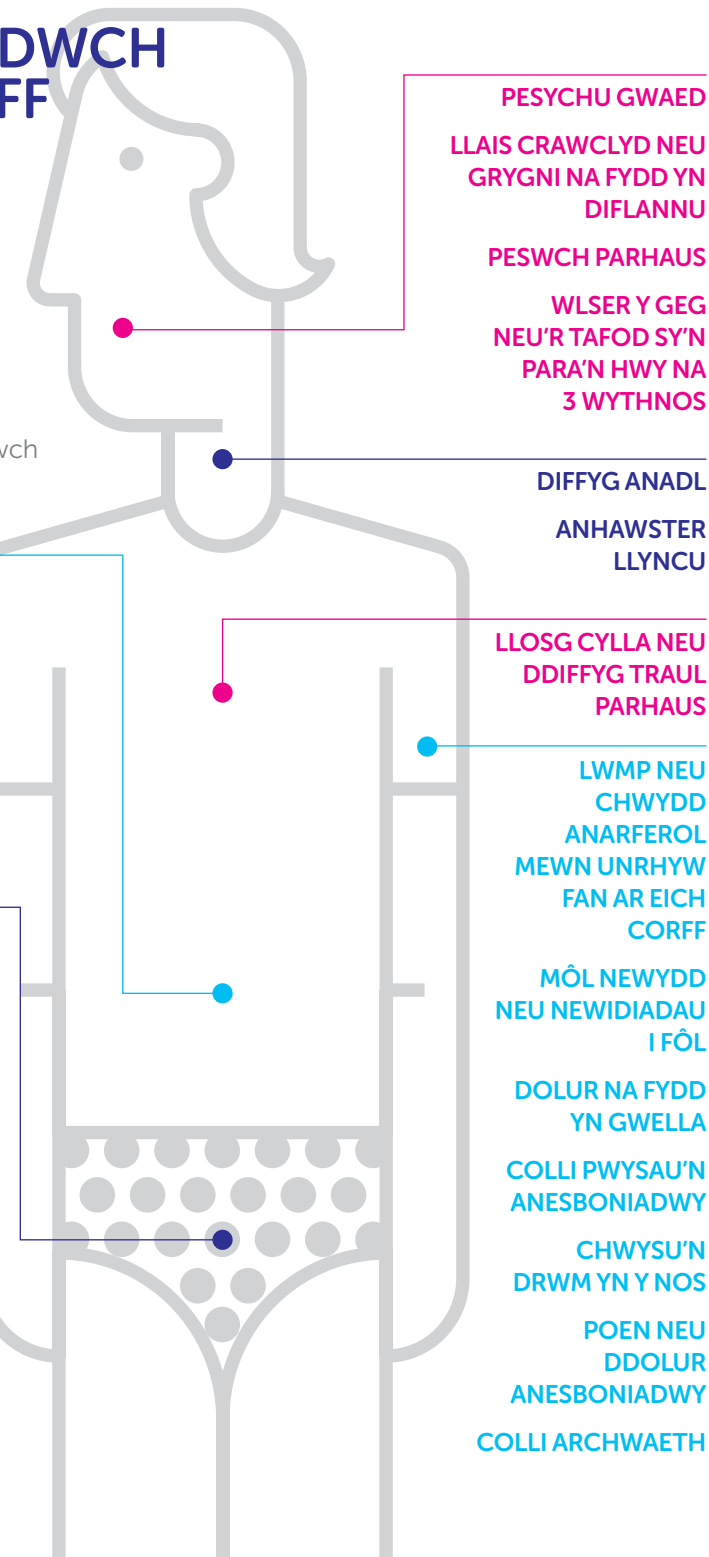
NEWID MEWN ARFERION COLUDDYN MEGIS RHWYMEDD, YSGARTHION MWY RHYDD NEU YSGARTHU'N FWY AML
BOLIO PARHAUS

GWAED YN EICH YSGARTHION (CARTHION)

PROBLEMAU'N PISO

GWAED YN EICH PISO (WRIN)

*Peidiwch ag anghofio, hyd yn oed os nad yw ar y rhestr hon, mae'n dal yn well i drefnu i unrhyw newidiadau gael eu gwirio gan eich meddyg.



SIARAD Â'CH MEDDYG

Pan ydych chi'n poeni bod rhywbeth o'i le, gall dweud wrth feddyg ymddangos yn anodd. Dyma rai syniadau ar sut i fanteisio i'r eithaf ar eich apwyntiad.



Byddwch yn onest. Dywedwch wrth y meddyg bopeth rydych chi wedi ei brofi nad yw'n normal i chi, hyd yn oed os nad yw'n ymddangos mor bwysig â hynny neu os ydych chi'n meddwl y gallai fod ychydig yn annifyr.



Byddwch yn drylwyr. Soniwch am eich holl symptomau. Pan nad yw rhywbeth yn teimlo'n iawn ac nad yw'n diflannu, peidiwch â meddwl mai 'dim ond mynd yn hŷn' yw'r rheswm, na thybio ei fod yn rhan o gyflwr iechyd arall. Mae canser yn llawer mwy cyffredin ymhlith pobl dros 50 oed, ond gall effeithio ar unrhyw un o unrhyw oedran, felly dywedwch wrth eich meddyg beth rydych chi'n ei deimlo.



Byddwch yn ystyfnig. Peidiwch byth â phoeni efallai'ch bod yn gwastraffu amser eich meddyg. Maen nhw am wybod os nad yw'ch symptomau wedi diflannu, neu os ydych chi'n dal i deimlo nad yw rhywbeth yn gwbl iawn – hyd yn oed os ydych chi eisoes wedi bod i'w gweld. Felly peidiwch ag oedi cyn gwneud apwyntiad i fynd yn ôl.



Byddwch yn barod. Cyn i chi fynd, ystyriwch beth rydych chi am siarad amdano yn yr apwyntiad ac ysgrifennwch unrhyw gwestiynau pwysig i'w gofyn.