

# Beth na ddylech ei wneud

peidiwch â defnyddio  
gorchudd gludiog  
e.e. plastr



peidiwch â thorri  
pothelli nac  
ymyrryd â'r llosg



peidiwch â rhoi  
 unrhyw olchdrwyth,  
eli neu fraster ar y  
llosg



os ydych yn poeni am  
ddifrifoldeb yr anaf:  
ewch i'ch Adran Damwein-  
iau ac Achosion Brys  
agosaf neu cysylltwch â  
Galw Iechyd Cymru

© Canolfan Llosgiadau a Llawfeddygaeth Blastig Cymru, ABMULHB  
EB 606 Cymeradwywyd: Ionawr 2013 Fersiwn: 2  
Dyddiad Adolygu: Medi 2016

## YCHIWANEGWCH DDŴR

Cymorth Cyntaf  
ar gyfer Llosgiadau  
a Sgaldiadau

Canolfan Llosgiadau  
a Llawfeddygaeth Blastig  
Cymru



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Abertawe Bro Morgannwg  
University Health Board

## **Beth yw Llosg?**

Niwed i'r croen wedi'i achosi gan wres:

- Fflam
- Yr haul
- Tân / Gwresogydd
- Rheiddiadur
- Cemegau
- Ffwrn neu Hob
- Trydan
- Sythwyr gwallt

## **Beth yw Sgaldiad?**

Niwed i'r croen a achoswyd gan hylif twym:

- Te / Coffi
- Braster twym
- Dŵr bath
- Tegell / Jwg
- Bwyd / Hylif o ficrodon

# **Beth ddylech ei wneud**

Rhowch ddŵr  ar y llosg am 20 munud. Os nad oes dŵr ar gael, defnyddiwch hylif diniwed arall megis **llaeth, cwrw** neu **bop**



Os yw'r person ar dân, gorrweddwch ef/hi ar y llawr a **diffoddwch** y **fflamau** â **mat** neu **flanced**.

**STOPIWCH!**



**CWYMPWCH!**



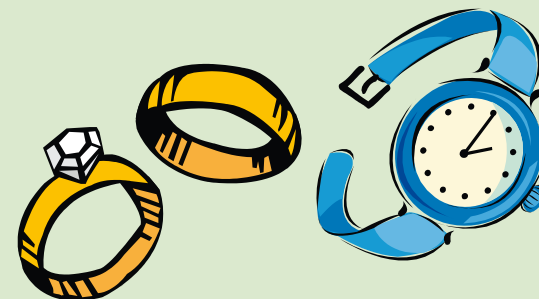
**RHOLIWCH!**



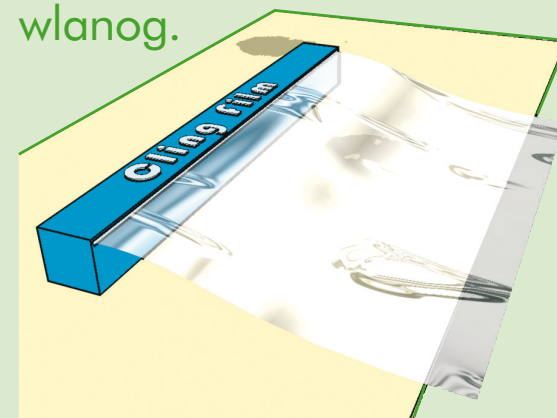
**Yna** rhowch ddŵr



**Tynnwch** unrhyw fodrwyon, oriawr a dillad tynn i ffwrdd onibai eu bod ar y llosg **ne'n agos ato, ac os nad ydynt wedi glynnu** i'r anaf



**Gorchuddiwch** y llosg â deunydd glân nad yw'n wlanog.



**Mae haenen lynu yn orchudd dros dro da**