**Ymwybyddiaeth Sylfaenol Gofal Croen ac Atal Niwed Pwysedd**

**Wedi'i lunio ar gyfer:**

Mae'r cwrs hwn ar gyfer Nyrsys Cofrestredig a Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd. Mae'r sesiwn hon wedi ei chynllunio i fod yn drosolwg o ofal croen sylfaenol a mesurau ataliol sy'n gysylltiedig â lleihau wlser pwyso

**Amcan y cwrs:**

Mae'r cwrs yn rhoi gwybodaeth a sgiliau clinigol ymarferol i'r dysgwr sy'n gysylltiedig ag atal wlserau pwyso.

**Cynnwys:**

Ar ôl cwblhau'r sesiwn hon bydd gan bob unigolyn ddealltwriaeth o'r canlynol:

- Anatomeg sylfaenol a ffisioleg y croen
- Achosion niwed pwyso a lleithder
- Ffactorau risg sy'n gysylltiedig â'i ddatblygiad
- Ail-leoli a 'gogwydd 30 gradd'
- Cyfarpar
- Dogfennaeth