



Mae'r daflen hon yn defnyddio symbolau a lluniau ar gyfer pobl sy'n ei chael hi'n anodd darllen. (symbolau gan Widgit Software).



Os ydych yn credo bod gennych Coronafeirws, ffoniwch **111** am help.

111



Gwybodaeth ar y
Coronafeirws



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Hywel Dda
University Health Board



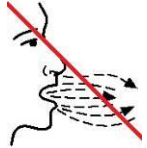
Mae Coronafeirws yn salwch newydd a allai fod yn debyg i gael y fflw.



Gallech gael y rhain:



- Peswch
- Gwres uchel
- Anhawster anadlu'n normal



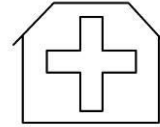
Peidiwch â mynd at eich Meddyg os ydych yn credo bod gennych Coronafeirws.



Os oes gennych Coronafeirws efallai y bydd gofyn i chi aros adref.



Mae hyn er mwyn atal pobl eraill rhag mynd yn sâl.



Efallai y bydd angen i chi fynd i ysbyty i wella.



I helpu i gadw eich hun yn iach, dylech wneud hyn:



Peswch a thisian yn eich dwylo neu i hances bapur.



Taflu'r hances bapur i'r bin yn syth.



Mae'n bwysig golchi eich dwylo ar ôl peswch a thisian.



Gall hyn stopio'r salwch rhag lledaenu i bobl eraill.