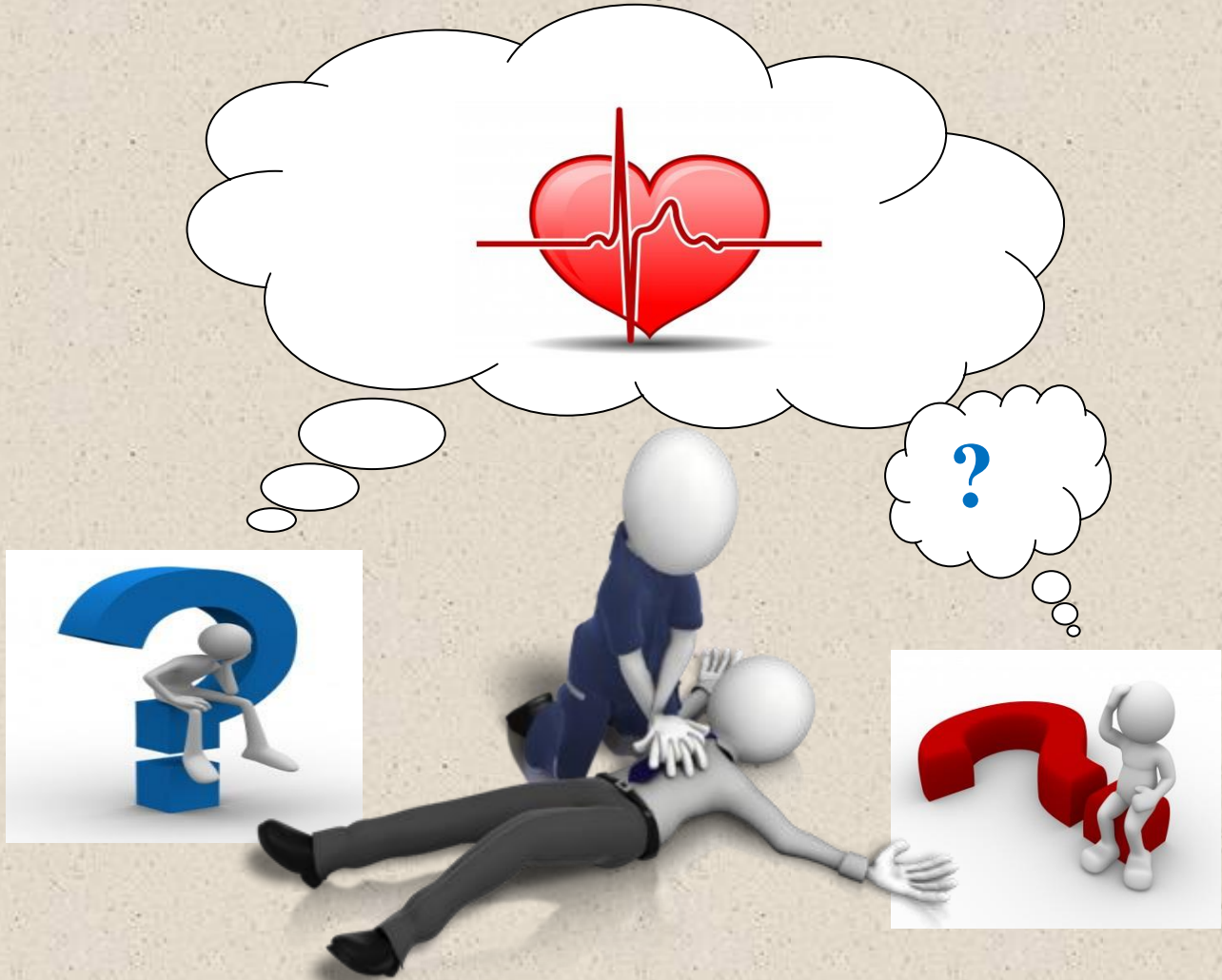


# CPR

Trafod **CPR** gyda rhywyn



**CPR** yw ...

**Adfywio Cardiopwlmonaidd**

Bydd y llyfryn hwn yn ceisio eich helpu i ddeall **CPR**

## Siarad am CPR

Mae'n bosibl bod yn rhaid i chi drafod a fydd CPR yn iawn i chi os byddwch chi'n cael damwain, salwch neu ar ddiwedd oes



Bydd meddygon

a

nyrsys sy'n gofalu

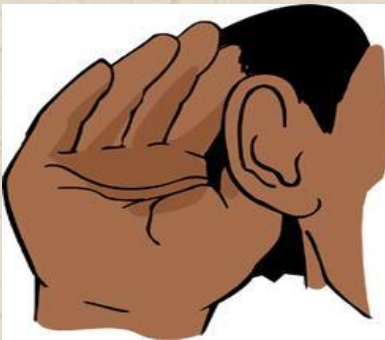
amdanoch yn siarad  
â chi ac yn eich helpu i  
ddeall mwy



Os nad ydych chi'n  
barod i drafod...  
Dywedwch wrthon ni ...  
bydd hynny'n iawn



Byddwn ni'n aros  
hyd nes eich bod  
yn barod i drafod  
hyn



Byddwn ni'n gwrando  
ar yr hyn rydych  
CHI ei eisiau



Gallwch chi ddweud  
wrthym am eich  
crefydd neu'r hyn  
rydych chi'n ei gredu



a'r hyn yr hoffech  
CHI i ddigwydd i chi

Mae rhai pobl efallai y byddech chi'n hoffi trafod CPR gyda nhw ...

- Gofalwr neu rywun sy'n eich helpu
- Eich teulu neu eich ffrind gorau
- Y meddygon a'r nyrsys sy'n ymwneud â'ch gofal
- Ficer neu offeiriad
- Eiriolwr
- Grwpiau cefnogi
- Llinell gymorth GIG





Mae pob peth sy'n cael ei egluro yn y llyfryn hwn wedi'i roi mewn 4 taflen ...

- Beth yw CPR?
- Trafod CPR gyda rhywun
- A fydd CPR yn gweithio i fi?
- Pwy sy'n penderfynu am CPR?

Mae'n bosibl y byddwch chi am ddarllen y rhain un ar y tro ac yn eich amser **eich hun**

Lluniwyd y llyfryn hwn ar ran Grŵp gweithredu DNACPR Cymru gyfan:

- Tracey Jones ABUHB
- Heather Oram ABUHB
- Rachel Morgan ABUHB

Gyda diolch i

- Pobl yn gyntaf Caerffili
- Barod

Chwefror 2016

