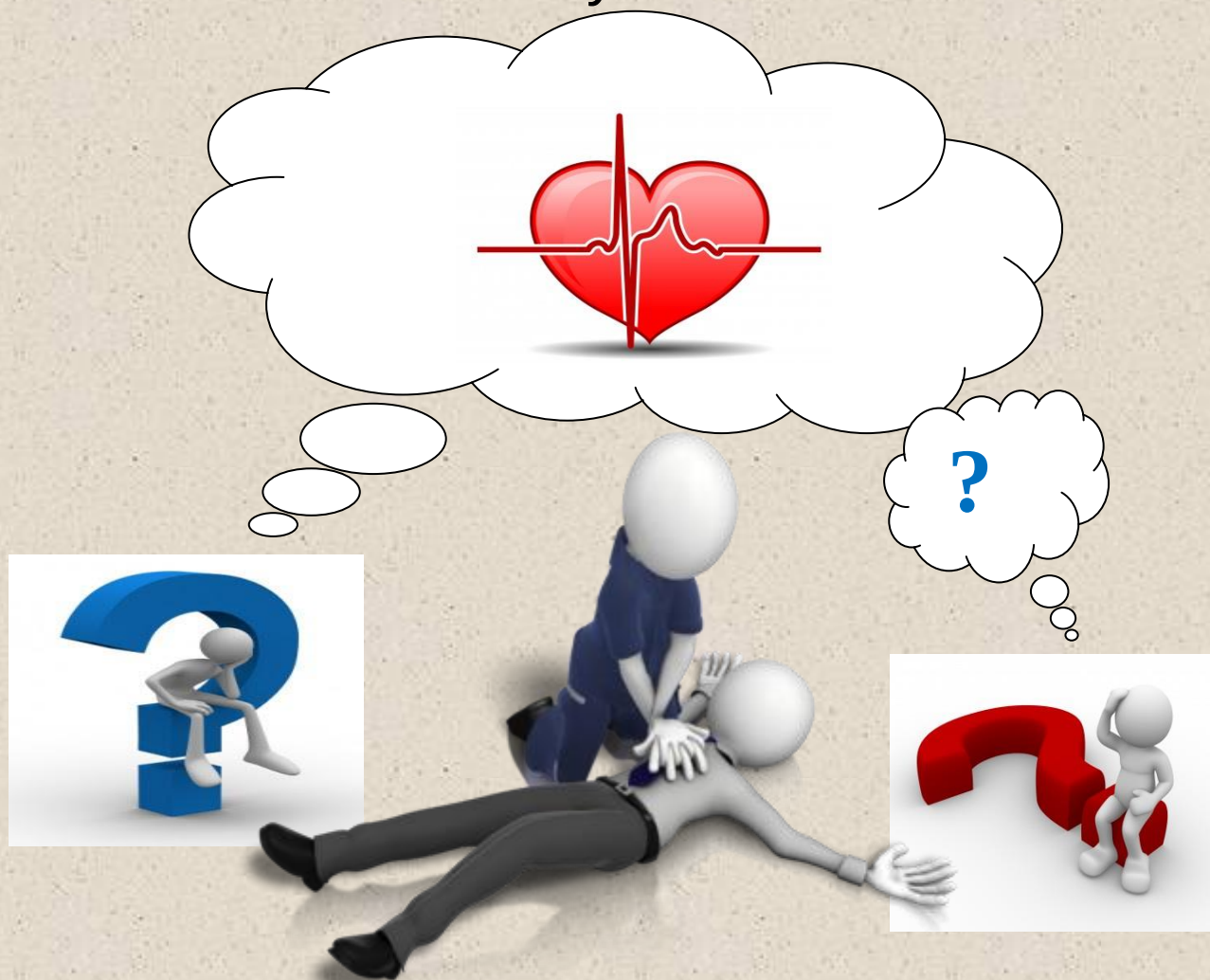


CPR

Beth yw **CPR**?



CPR yw ...

Adfywio Cardiopwlmonaidd

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

CPR



Beth yw CPR?
Beth yw ei ystyr?



Os bydd eich calon
yn peidio â churo
...



Bydd CPR yn
CEISIO ei chael i
guro eto

Bydd hyn yn cael ei wneud drwy wneud rhai
o'r pethau hyn ...



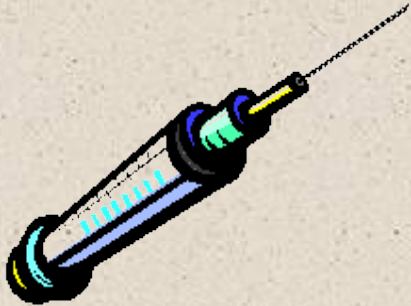
Gwthio i lawr ar
eich brest sawl
gwaith



Defnyddio
diffibriliwr...
Defnyddio padiau
trydan arnoch



Defnyddio masg
neu diwb i'ch helpu
i anadlu



neu bigiadau

Dim ond mewn argyfwng y bydd y rhain yn cael eu defnyddio

Dim ond pan fydd eich calon wedi peidio y bydd CPR yn cael ei ddefnyddio

Mae CPR ar wahân ac yn wahanol i gymorth meddygol rydych chi'n ei gael yn barod



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

