

Ffyrdd o gasglu eich baw

Dyma rai syniadau i'w gwneud ychydig yn haws casglu'ch baw.
Dim ond un o'r dulliau hyn sydd angen i chi ei ddefnyddio.
Beth am ymarfer a gweithio allan pa ddull sydd orau i chi?
Cofiwch – peidiwch â gadael i'ch baw gyffwrdd â'r dŵr neu'r toiled.



Carton ffrwythau glân, gwag, cynhwysydd tecawê, neu dwb hufen iâ.



Cling ffilm dros y toiled (gadael pant).



Papur toiled wedi'i blygu yn eich llaw.



Maneg neu fag plastig dros eich llaw.



Haenau o bapur toiled wedi'i blygu ym mowlen y toiled.



Unwaith y byddwch wedi casglu eich sampl baw ar y ffon, **postiwch ef yn ôl cyn gynted â phosibl.**

Ionawr 2025. Adolygir yn flynyddol.

Mae Cancer Research UK yn elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (1089464), yr Alban (SC041666), Ynys Manaw (1103) a Jersey (247).



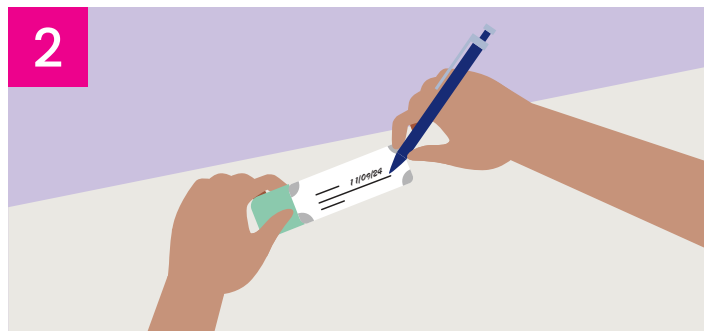
Gyda'n gilydd rydym yn curo cancer

Sut i gwblhau eich FIT (prawf imiwnogemegol ysgarthol)

Rydych chi wedi cael y pecyn prawf hwn i'ch helpu i ganfod achos eich symptomau. Prawf yw FIT sy'n edrych am olion bach iawn o waed yn eich carthion. Efallai y bydd eich cit FIT yn edrych yn wahanol i'r lluniau a ddangosir yma yn dibynnu ar ble rydych chi'n byw.



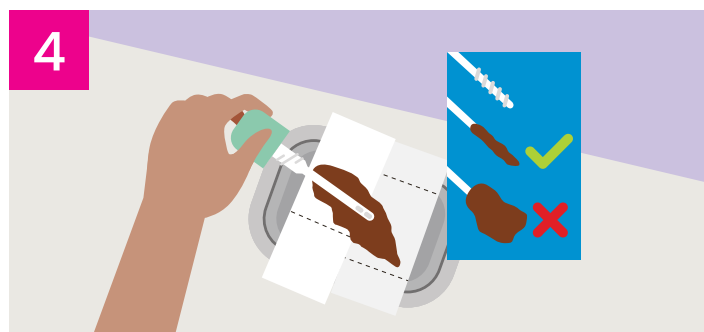
Paratowch – gwnewch yn siŵr bod gennych bopeth sydd ei angen arnoch i gasglu eich baw.



Gwiriwch fod eich manylion yn gywir, neu ysgrifennwch eich enw, dyddiad geni a'r dyddiad casglu sampl ar y label gyda beiro ddu neu las.



Casglwch eich baw. Defnyddiwch yr awgrymiadau ar ochr arall y daflen hon i'ch helpu. **Peidiwch â gadael i'ch baw gyffwrdd â'r dŵr neu'r toiled.**



Trowch y caead i agor y botel sampl. Crafwch y ffon ar hyd y baw nes bod y rhigolau i gyd wedi'u gorchuddio. Dim ond ychydig o faw sydd ei angen arnoch i'w profi. **Peidiwch ag ychwanegu unrhyw beth arall.**



Rhowch y ffon yn ôl yn y botel a chliciwch ar y caead i'w chau. Peidiwch ag ailagor y botel ar ôl ei defnyddio. Golchwch eich dwylo.



Dychwelwch eich cit i'ch meddygfa neu postiwch ef cyn gynted â phosibl, yn unol â chyfarwyddiadau eich meddyg teulu. Cysylltwch â'ch practis os ydych chi'n ansicr.



Bydd eich meddygfa yn cysylltu â chi i drafod y canlyniad. Cysylltwch â'ch practis o fewn pythefnos os na fyddwch chi'n clywed ganddyn nhw.

Efallai y bydd angen rhagor o brofion arnoch. Ond peidiwch â phoeni, nid yw hyn o reidrwydd yn golygu canser. Os yw canlyniad eich FIT yn negatiff ond bod eich symptomau'n parhau, yn newid neu'n gwaethygu, cysylltwch â'ch meddyg.