



Cyfnod Allweddol 3

# Micro-organebau: Microbau Niweidiol

## Gwers 3: Microbau Niweidiol

Eglurwch y bydd y myfyrwyr yn dysgu am rai clefydau heintus sy'n achosi problemau yn y byd heddiw.

### Deilliannau Dysgu

#### Bydd pob myfyriwr yn:

- Deall y gall microbau ein gwneud ni'n sâl ac achosi haint weithiau.
- Deall y gall microbau niweidiol drosglwyddo o un person i'r llall.
- Deall bod heintiau gwahanol yn achosi symptomau gwahanol.
- Deall sut mae teithio byd-eang wedi dylanwadu ar ledaeniad clefydau.

#### Bydd y rhan fwyaf o'r myfyrwyr yn:

- Deall sut mae unigolion, grwpiau a sefydliadau yn cydweithio wrth ymateb i frigiadau o glefydau heintus.

### Cysylltiadau â'r Cwricwlwm

#### Addysg Bersonol, Gymdeithasol ac Iechyd/Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb

- Iechyd ac atal salwch

#### Gwyddoniaeth

- Gweithio'n wyddonol
- Agweddau gwyddonol
- Sgiliau ac ymchwiliadau arbrofol

#### Bioleg

- Strwythur a swyddogaeth organeb fyw
- Celloedd a threfniadaeth
- Maeth a threuliad

#### Saesneg

- Darllen
- Ysgrifennu



# Gwers 3: Microbau Niweidiol

## Yr Adnoddau sydd eu Hangen

### Prif weithgaredd: Trafodaeth Grŵp am Glefydau Heintus

#### Ar gyfer pob Dosbarth/Grŵp

- Copi o SH1, SH2, SH3
- Copi o SW1
- Fersiynau gwahaniaethol ar gyfer myfyrwyr o alluoedd gwahanol SH4, SH5, SW2

## Deunyddiau Ategol

- TS1 logwrt Microsgopig: Taflen i Athrawon
- SH1 Cyfarwyddiadau ar Sut i Wneud logwrt
- SW1 Arbrawf logwrt: Taflen Arsylwi
- SW3 logwrt Microsgopig: Taflen Arsylwi

## Gwaith Paratoi Ychwanegol

1. Torri'r cardiau clefydau allan yn SH1 - SH3, un set fesul grŵp. Eu lamineiddio neu eu gludo ar gerdyn i'w ddefnyddio yn y dyfodol. (Fersiwn wahaniaethol: SH4 – SH5).
2. Copi o SW1 ar gyfer pob grŵp. (Fersiwn wahaniaethol: SW3).
3. Copïau o TS1 - TS2 atebion i athrawon.



# Gwers 3: Microbau Niweidiol

## Geiriau Allweddol

Bacteria

Dermatoffytau

Ffyngau

Haint

Pathogenau

Tocsin

Firws

## Iechyd a Diogelwch

I gael gwybodaeth am  
arferion microbiolegol diogel  
yn yr ystafell ddosbarth  
edrychwch ar wefan  
CLEAPPS

[www.cleapps.org.uk](http://www.cleapps.org.uk)

## Dolenni gwe

[e-bug.eu/eng/KS3/lesson/  
Harmful-Microbes](http://e-bug.eu/eng/KS3/lesson/Harmful-Microbes)

# Cyflwyniad

1. Dechreuwch y wers drwy egluro i'r dosbarth y gall microbau fod yn niweidiol i bobl weithiau. Pan fyddant yn atgynhyrchu, gall bacteria gynhyrchu tocsinau sy'n niweidiol i'r corff. Mae firysau'n mynd i mewn i'r corff ac yn glynu ar wyneb y gell gan luosogi y tu mewn i'n celloedd a'u dinistrio. Mae rhai ffyngau yn hoffi tyfu ar ein croen gan ei wneud yn goslyd ac yn boenus. Darganfyddwch faint o eiriau gwahanol y mae'r myfyrwyr yn eu gwybod am ficrobau – germau, bygiau, ac ati.
2. Gofynnwch i'r dosbarth greu rhestr o heintiau (clefydau heintus) drwy daflu syniadau am unrhyw glefydau y maen nhw wedi clywed amdany'n nhw. Ydyn nhw'n gwybod pa ficrobau sy'n achosi'r afiechydon? Gofynnwch i'r myfyrwyr pa glefyd maen nhw'n meddwl sy'n fygythiad i fyfyrwyr yn y dosbarth heddiw? Dywedwch wrthyn nhw mai'r frech goch oedd y bygythiad mwyaf yn y 1900au cynnar; bu farw llawer o'r plant wnaeth ddal y frech goch. Diolch byth, mae gennym frechlyn i atal hyn heddiw.
3. Dywedwch wrth y dosbarth fod bacteria a microbau eraill sy'n gallu achosi haint ac sy'n gallu lledaenu'n hawdd o un person i'r llall yn cael eu galw'n heintus. Trafodwch y gwahaniaeth rhwng microb heintus ac un nad yw'n heintus. Enghraifft o ficrob nad yw'n heintus yw'r bacteria *Lactobacilli*, sef y bacteria y dysgon ni amdany'n nhw yng ngwers 2. Trafodwch gyda'r myfyrwyr y gwahanol lwybrau trosglwyddo, h.y. cyffwrdd, dŵr, bwyd, hylif y corff ac aer. Nodwch unrhyw glefydau heintus a grybwyllwyd yn y sesiwn taflu syniadau a sut y cânt eu trosglwyddo.

## Gweithgaredd

### Prif Weithgaredd: Trafodaeth Grŵp am Glefydau Heintus

1. Dylid cynnal y gweithgaredd hwn mewn grwpiau o 3 – 5 o bobl. Eglurwch fod y myfyrwyr, yn ystod y gweithgaredd hwn, yn mynd i ddysgu am rai clefydau heintus sy'n achosi problemau yn y byd heddiw.
2. Rhowch y cardiau clefydau yn SH1 – SH3 i bob grŵp. (Fersiwn wahaniaethol: SH4 – SH5)
3. Dywedwch wrth y dosbarth fod angen i wyddonwyr grwpio clefydau o dan benawdau gwahanol weithiau er mwyn datrys problemau gwahanol. Dylai pob grŵp edrych ar y penawdau ar SW1. (Fersiwn wahaniaethol: SW2).
4. Gofynnwch i bob grŵp lenwi SW1 (Fersiwn Wahaniaethol: SW2) ar gyfer y pennawd cyntaf – Microb heintus. Ar ôl ychydig funudau, gofynnwch i lefarydd pob grŵp ddarllen eu canlyniadau. Ysgrifennwch yr holl ganlyniadau ar fwrdd gwyn i'w trafod.
5. Ar ôl cwblhau pob pennawd yn SW1/2, trafodwch ganlyniadau'r dosbarth.
  - a. Organeb heintus: Atgoffwch y myfyrwyr bod tri phrif fath o ficrobau. Mae'n bwysig nodi'r microb sy'n achosi'r clefyd er mwyn trin y clefyd yn gywir, e.e. ni ellir defnyddio gwrthfotigau i drin firysau (ymdrinnir â hyn yng ngwers 9 o'r adnodd).
  - b. Symptomau: Efallai y bydd y myfyrwyr sylwi bod gan rai clefydau symptomau tebyg, e.e. twymyn neu frech. Efallai yr hoffech drafod pa mor bwysig yw hi i bobl fynd i weld eu meddyg pan fyddan nhw'n sâl er mwyn cael diagnosis cywir.
  - c. Trosglwyddo: Mae llawer o glefydau'n cael eu trosglwyddo'n hawdd iawn drwy gyffwrdd neu anadlu. Mae clefydau eraill yn eithaf penodol ac maen nhw'n trosglwyddo drwy waed neu hylif corfforol arall.

- d. Mesurau ataliol: Gall pobl atal lledaeniad haint, ac amddiffyn eu hunain yn erbyn heintiau drwy gymryd ychydig o gamau syml. Dangoswyd bod golchi dwylo'n rheolaidd a gorchuddio eich ceg a'ch trwyn pan fyddwch yn peswch ac yn tisian yn lleihau nifer yr achosion o heintiau cyffredin. Gall defnyddio condom yn gywir leihau trosglwyddiad llawer o heintiau a drosglwyddir yn rhywiol. Mae brechlynnau'n cael eu defnyddio i atal rhai heintiau, ac roedd llawer o'r rhieni'n arfer bod yn fwy cyffredin nag y maent heddiw.
- e. Triniaeth: Mae'n bwysig nodi yma nad oes angen triniaeth feddygol ar bob salwch; gorffwys yn y gwely ac yfed mwy sydd ei angen ar gyfer rhai; fodd bynnag, gellir defnyddio cyffuriau lleddfu poen i leddfu rhai o'r symptomau. Tynnwch sylw'r myfyrwyr at y ffaith mai dim ond ar gyfer trin heintiau bacteriol y defnyddir gwrthfotigau.

## Trafodaeth

### Beth yw clefyd?

**Ateb:** Afiechyd neu salwch sydd ag arwyddion neu symptomau penodol.

### Beth yw clefyd heintus?

**Ateb:** Clefyd sy'n cael ei achosi gan ficrob ac sy'n gallu lledaenu i bobl eraill yw clefyd heintus.

### Pam rydym yn gweld clefydau heintus a oedd yn arfer bod mewn un rhanbarth ym mhob rhan o'r byd heddiw?

**Ateb:** Mae llawer o glefydau heintus yn dechrau mewn rhanbarth neu wlad benodol. Yn y gorffennol roedd yn bosibl cyfyngu neu ynysu'r haint yn hawdd. Heddiw, fodd bynnag, mae pobl yn teithio'n gyflymach, yn amlach ac yn bellach nag erioed o'r blaen. Gall person sy'n teithio o Awstralia i Loegr wneud y daith mewn llai na diwrnod, gan aros yn Hong Kong ar y ffordd. Pe bai gan y person hwn straen newydd o firws y ffluiw, gallai ei ledaenu i unrhyw un y byddai'n dod i gysylltiad ag ef ar yr awyren, pobl y mae'n dod i gysylltiad â nhw ym maes awyr Hong Kong a phobl y bydd yn dod i gysylltiad â nhw ar ôl glanio yn Lloegr. Gallai'r bobl hyn hefyd gario'r ffluiw i bobl eraill y maen nhw'n dod i gysylltiad â nhw ledled y byd. O fewn ychydig ddyddiau, byddai'r straen newydd hwn o firws y ffluiw i'w gael ledled y byd!!! Efallai yr hoffech drafod pa mor gyflym y lledaenodd y firws sy'n achosi'r clefyd COVID-19 ledled y byd.

### Ffaith Ddiddorol

Yn ôl Sefydliad Iechyd y Byd, roedd y 10 prif achos marwolaeth yn 2019 yn cyfrif am 55% o'r 55.4 miliwn o farwolaethau ledled y byd. Roedd pedwar o bob deg wedi'u hachosi gan glefydau heintus.

Gwiriwch bod y myfyrwyr yn deall drwy ofyn y cwestiynau canlynol iddyn nhw:

### Atgyfnerthu'r Hyn a Ddysgwyd

Gofynnwch i'r myfyrwyr ysgrifennu paragraff neu dri datganiad i grynhoi'r hyn y maen nhw wedi'i ddysgu yn ystod y wers.



# Taflen Atebion

1. Microb Heintus	Clefyd
Bacteria	Llid yr Ymennydd Bacteriol, Clamydia, MRSA
Firws	HIV, Brech yr leir, Y Ffliw, Y Frech Goch, Twymyn y Chwarennau
Ffyngau	Y Llindag

2. Symptomau	Clefyd
Dim symptomau	Clamydia, MRSA
Twymyn	Y Ffliw, Y Frech Goch, Brech yr leir, Llid yr Ymennydd Bacteriol
Brech	Llid yr Ymennydd Bacteriol, Brech yr leir, Y Frech Goch
Dolur gwddf/Liwnc tost	Ffliw, Twymyn y Chwarennau
Blinder	Twymyn y Chwarennau
Briwiau	HIV
Rhedlif gwyn	Clamydia, Y Llindag

3. Trosglwyddiad	Clefyd
Cyswllt rhywiol	Clamydia, HIV, Y Llindag
Gwaed	Llid yr ymennydd bacteriol, HIV
Cyffwrdd	Y Ffliw, Y Frech Goch, Brech yr leir, MRSA
Anadlu	Y Ffliw, Y Frech Goch, Brech yr leir, Llid yr Ymennydd Bacteriol
Ceg i geg	Ffliw, Twymyn y Chwarennau

4. Atal	Clefyd
Golchi dwylo	Y Ffliw, y Frech Goch, Brech yr leir, MRSA, Llid yr Ymennydd Bacteriol
Gorchuddio'r geg a'r trwyn wrth beswch a thisian	Y Ffliw, Y Frech Goch, Brech yr leir, Llid yr Ymennydd Bacteriol
Defnyddio condom	Clamydia, HIV, Y Llindag
Dylid osgoi'r defnydd diangen o wrthfotigau.	MRSA, Y Llindag

5. Triniaeth	Clefyd
Gwrthfotigau	Clamydia, Llid yr Ymennydd Bacteriol, MRSA
Gorffwys yn y gwely	Brech yr leir, Twymyn y Chwarennau, Y Frech Goch, Y Ffliw
Cyffuriau gwrthff yngol	Y Llindag
Yfed digon	Brech yr leir, Twymyn y Chwarennau, Y Frech Goch, Y Ffliw

Pwynt i'w nodi: Mae MRSA yn facteriwm sydd ag ymwrthedd i wrthfotigau. Mae ganddo ymwrthedd penodol i fethisilin a rhai gwrthfotigau eraill a ddefnyddir yn gyffredin. Mae ei statws ymwrthedd i'w briodoli i orddefnydd a chamddefnydd o'r gwrthfotig hwn a gwrthfotigau eraill. Therapi gwrthfotig yw'r driniaeth o hyd, fodd bynnag, mae MRSA hefyd yn datblygu ymwrthedd i'r rhain hefyd.



# Taflen Atebion

1. Microb Heintus	Clefyd
Bacteria	Clamydia
Firws	Brech yr leir, Y Ffliw, Y Frech Goch,
Ffyngau	Y Llindag

2. Symptomau	Clefyd
Dim symptomau	Clamydia,
Twymyn	Y Ffliw, Brech yr leir, Y Frech Goch,
Brech	Brech yr leir, y Frech Goch
Dolur gwddf/Llwnn tost	Y Ffliw
Rhedlif gwyn	Clamydia, Y Llindag

3. Trosglwyddiad	Clefyd
Cyswllt rhywiol	Clamydia, Y Llindag
Cyffwrdd	Y Ffliw, Y Frech Goch, Brech yr leir
Anadlu	Y Ffliw, Y Frech Goch, Brech yr leir
Ceg i geg	Y Ffliw

4. Atal	Clefyd
Golchi dwylo	Y Ffliw, Y Frech Goch, Brech yr leir
Gorchuddio'r geg a'r trwyn wrth beswch a thisian	Y Ffliw, Y Frech Goch, Brech yr leir
Defnyddio condom	Clamydia, Y Llindag
Dylid osgoi'r defnydd diangen o wrthfotigau.	Y Llindag
Brechu	Brech yr leir, y Frech Goch, Y Ffliw

5. Triniaeth	Clefyd
Gwrthfotigau	Clamydia
Gorffwys yn y gwely	Brech yr leir, y Frech Goch, Y Ffliw
Cyffuriau gwrthff yngol	Y Llindag
Yfed digon	Brech yr leir, y Frech Goch, Y Ffliw

## SH1 - Taflen Wybodaeth Paru Clefydau



### Ymwrthedd i Fethisilin *Stafylococws aureus* (MRSA)

Cyfrwng heintus	Bacteriwm: <i>Stafylococws aureus</i>
Symptomau	Dim symptomau i'w gweld mewn unigolion iach. Gall achosi heintiau ar y croen, gall heintio clwyfau llawfeddygol, llif y gwaed, yr ysgyfaint, neu'r llwybr wrinol mewn cleifion a oedd yn sâl yn flaenorol.
Diagnosis	Prawf swab a phrawf sensitifrwydd i wrthfotigau.
Cyfradd marwolaeth	Uchel – os na roddir y gwrthfotigau cywir.
Trosglwyddiad	Heintus. Cyswllt uniongyrchol â'r croen.
Atal	Golchi dwylo'n rheolaidd.
Triniaeth	Ymwrthedd i lawer o wrthfotigau. Er bod rhai gwrthfotigau'n dal i weithio, mae MRSA yn addasu'n barhaus.
Hanes	Cofnodwyd gyntaf yn 1961, problem gynyddol ledled y byd.

### Y frech goch

Cyfrwng heintus	Firws: <i>Paramyxovirus</i>
Symptomau	Twymyn, trwyn yn rhedeg, llygaid yn goch ac yn rhedeg, peswch, brech a gwddf tost ac wedi chwyddo.
Diagnosis	Sampl gwaed a phrawf gwrthgyrff.
Cyfradd marwolaeth	Isel, ond gall fod yn uchel mewn gwledydd incwm isel, lle y gall fod yn anodd cael gafael ar driniaeth.
Trosglwyddiad	Heintus. Diferion o beswch a thisian, cyswllt â'r croen neu gyswllt â phethau sydd â'r firws byw arnynt.
Atal	Atal trwy frechu.
Triniaeth	Gorffwys yn y gwely ac yfed digon.
Hanes	Cofnodwyd y firws gyntaf yn 1911, ac mae wedi lleihau'n sylweddol mewn gwledydd incwm uchel a chanolig yn y blynyddoedd diwethaf er bod ambell epidemig bach. Mae'n dal i fod yn bandemig i wledydd incwm isel.



## SH2 - Taflen Wybodaeth Paru Clefydau



### Y Ffliw

Cyfrwng heintus	Firws: <i>Influenza</i>
Symptomau	Cur pen/pen tost, twymyn, oerfel, poenau yn y cyhyrau; dolur gwddf/llwnc tost o bosibl, peswch, poen yn y frest.
Diagnosis	Sampl gwaed a phrawf gwrthgyrff.
Cyfradd marwolaeth	Canolig ond uwch ymysg plant ifanc iawn a'r henoed.
Trosglwyddiad	Heintus iawn. Anadlu firysau mewn gronynnau o'r awyr. Cyswllt uniongyrchol â'r croen.
Atal	Brechu yn erbyn straeniau presennol.
Triniaeth	Gorffwys yn y gwely ac yfed digon. Cyffuriau gwrthfyrsol i'r henoed.
Hanes	Yn bresennol ers canrifoedd ac mae epidemigau'n digwydd yn rheolaidd.

### Y Llindag

Cyfrwng heintus	Ffwng: <i>Candida albicans</i>
Symptomau	Cosi, llosgi, poen a haen wen yn y geg nau lid ar y fagina gyda rhedlif gwyn.
Diagnosis	Swab, archwiliad dan ficrosgop a meithriniad.
Cyfradd marwolaeth	Dim.
Trosglwyddiad	Cyswllt rhwng pobl ond mae'n rhan arferol o fflora'r perfedd.
Atal	Mae symptomau'n cael eu hachosi gan ordyfiant y ffwng hwn oherwydd bod gwrthfotigau'n lladd y bacteria amddiffynnol arferol. Felly dylid defnydd diangen o wrthfotigau.
Triniaeth	Cyffuriau gwrthffingol
Hanes	Mae bron i 75% o fenywod wedi cael yr haint hwn o leiaf unwaith.

## SH3 - Taflen Wybodaeth Paru Clefydau



### Clamydia

Cyfrwng heintus	Bacteriwm: <i>Chlamydia trachomatis</i>
Symptomau	Mewn llawer o achosion nid oes unrhyw symptomau ond weithiau mae rhedlif o'r wain neu'r pidyn. Gall hefyd wneud i'r cheilliau chwyddo ac achosi anallu i gael plant.
Diagnosis	Swab neu sampl wrin ar gyfer profion moleciwlaidd.
Cyfradd marwolaeth	Anaml
Trosglwyddiad	Heintus drwy gyswllt rhywiol.
Atal	Defnyddio condom wrth gael rhyw.
Triniaeth	Gwrthfotigau
Hanes	Darganfuwyd y clefyd hwn yn 1907. Problem fyd-eang sydd ar gynnydd.

### Llid yr Ymennydd Bacteriol

Cyfrwng heintus	Bacteriwm: <i>Neisseria meningitidis</i>
Symptomau	Cur pen, gwddf anystwyth, twymyn uchel, anniddigrwydd, deliriwm, brech.
Diagnosis	Sampl o hylif asgwrn y cefn a phroffion moleciwlaidd.
Cyfradd marwolaeth	Canolig – risg uwch ymhlith plant ifanc a'r henoed.
Trosglwyddiad	Heintus, drwy boer ac anadlu diferion.
Atal	Brechu yn erbyn sawl straen, osgoi dod i gysylltiad â chleifion heintiedig.
Triniaeth	Penisilin, ocsigen ac yfed digon.
Hanes	Nodwyd gyntaf fel bacteria ym 1887. Ceir epidemigau rheolaidd mewn gwledydd incwm isel.

### HIV/AIDS

Cyfrwng heintus	Firws: <i>Firws diffyg imiwnedd dynol</i> (HIV).
Symptomau	Y system imiwnedd yn methu, niwmonia, briwiau.
Diagnosis	Sampl gwaed a phrawf gwrthgyrff.
Cyfradd marwolaeth	Canolig – uchel mewn gwledydd lle mae mynediad i broffion HIV a chyffuriau gwrth-HIV yn gyfyngedig.

## SH4 - Taflen Wybodaeth Paru Clefydau



### HIV/AIDS

Trosglwyddiad	Heintus iawn. Cyswllt rhywiol, cyswllt gwaed i waed, rhannu nodwyddau, trosglwyddiad mam i fabi newydd-anedig.
Atal	Gwisgo condom bob amser wrth gael rhyw.
Triniaeth	Nid oes iachâd er y gall cyffuriau gwrth-HIV ymestyn disgwyliad oes.
Hanes	Canfuwyd y clefyd hwn gyntaf yn 1983. Ar hyn o bryd mae'n epidemig byd-eang.

### Twymyn y chwarennau (Clefyd Cusanu)

Cyfrwng heintus	Firws: <i>Epstein Barr</i>
Symptomau	Dolur gwddf, chwarennau lymff wedi chwyddo, blinder eithafol.
Diagnosis	Sampl gwaed a phrawf gwrthgyrff.
Cyfradd marwolaeth	Isel
Trosglwyddiad	Nid yw'n heintus iawn. Cyswllt uniongyrchol fel cusanu a rhannu diodydd.
Atal	Osgoi cyswllt uniongyrchol â chleifion wedi'u heintio.
Triniaeth	Gorffwys yn y gwely ac yfed digon, gellir defnyddio parasetamol i leddfu'r boen.
Hanes	Disgrifiwyd y clefyd hwn gyntaf yn 1889, mae 95% o'r boblogaeth wedi cael yr haint, fodd bynnag, dim ond 35% sy'n datblygu symptomau. Brigiadau achlysurol.

### Brech yr ieir

Cyfrwng heintus	Firws: <i>Varicella-zoster</i>
Symptomau	Brech gyda phothelli ar y corff a'r pen.
Diagnosis	Sampl gwaed a phrawf gwrthgyrff.
Cyfradd marwolaeth	Isel
Trosglwyddiad	Heintus iawn. Cyswllt uniongyrchol â'r croen neu anadlu diferion ar ôl i rywun disian a pheswch.
Atal	Atal drwy frechlyn.
Triniaeth	Gorffwys yn y gwely ac yfed digon, cyffuriau gwrthfyrusol mewn rhai achosion oedolion.
Hanes	Canfuwyd y clefyd hwn gyntaf yn 1965. Mae nifer yr achosion wedi lleihau mewn gwledydd lle ceir rhaglenni brechu. Dim newid yn unman arall.

## SH5 - Taflen Wybodaeth Wahaniaethol ar Barau Clefydau



### Y frech goch

Microb	Firws: <i>Paramyxovirus</i>
Symptomau	Twymyn, trwyn yn rhedeg, llygaid yn goch ac yn rhedeg, peswch, brech a gwddf tost ac wedi chwyddo.
Trosglwyddiad	Yn lledaenu drwy beswch a thisian. Cyswllt â'r croen. Cyffwrdd â phethau sydd â'r firws byw arnynt.
Atal	Brechu. Golchi dwylo.
Triniaeth	Gorffwys yn y gwely ac yfed digon.

### Y Ffliw

Microb	Firws: <i>Influenza</i>
Symptomau	Cur pen/pen tost, twymyn, oerfel, poenau yn y cyhyrau; dolur gwddf/llwnc tost o bosibl, peswch, poen yn y frest.
Trosglwyddiad	Yn lledaenu drwy beswch a thisian. Anadlu firws yn yr awyr. Cyffwrdd â phethau sydd â'r firws byw arnynt.
Atal	Brechu yn erbyn straeniau presennol.
Triniaeth	Gorffwys yn y gwely ac yfed digon. Cyffuriau gwrthfyrusol i'r henoed.

### Y Llindag

Microb	Ffwng: <i>Candida albicans</i>
Symptomau	Cosi. Llosgi. Dolur. Haen wen yn y geg neu lid ar y wain gyda rhedlif gwyn.
Trosglwyddiad	Cyswllt rhwng pobl.
Atal	Gall y ffwng sy'n achosi symptomau dyfu'n well pan fydd ein bacteria naturiol yn cael eu lladd. Felly dylid osgoi'r defnydd diangen o wrthfotigau.
Triniaeth	Cyffuriau gwrthffwyngol

## SH6 - Taflen Wybodaeth Wahaniaethol ar Baru Clefydau



### Clamydia

Microb	Bacteriwm: <i>Chlamydia trachomatis</i>
Symptomau	Mewn llawer o achosion nid oes unrhyw symptomau ond weithiau mae rhedlif o'r wain neu'r pidyn. Ceilliau wedi chwyddo. Gall hefyd achosi anallu i gael plant.
Trosglwyddiad	Cyswllt rhywiol.
Atal	Defnyddio condom wrth gael rhyw.
Triniaeth	Gwrthfotigau.

### Brech yr ieir

Microb	Firws: <i>Varicella-zoster</i>
Symptomau	Brech gyda phothelli ar y corff a'r pen.
Trosglwyddiad	Cyswllt uniongyrchol â'r croen. Yn lledaenu drwy beswch a thisian. Anadlu firws yn yr awyr.
Atal	Brechu. Golchi dwylo.
Triniaeth	Gorffwys yn y gwely ac yfed digon. Cyffuriau gwrthfirysol i rai oedolion.



# Paru Clefydau

Gweithdrefn:

1. Rhowch eich cardiau clefydau mewn grwpiau yn ôl y pennawd ym mhob blwch.
2. Ydych chi'n sylwi ar unrhyw debygrwydd neu wahaniaethau rhwng y clefydau ar sail pob un o'r penawdau?

1. Microb Heintus	Clefyd
Bacteria	
Firws	
Ffyngau	

2. Symptomau	Clefyd
Dim symptomau	
Twymyn	
Brech	
Dolur gwddf/Llwnc tost	
Blinder	
Briwiau	
Rhedlif gwyn	

3. Trosglwyddiad	Clefyd
Cyswllt rhywiol	
Gwaed	
Cyffwrdd	
Anadlu	
Ceg i geg	

4. Atal	Clefyd
Golchi dwylo	
Gorchuddio'r geg a'r trwyn wrth beswch a thisian	
Defnyddio condom	
Dylid osgoi'r defnydd diangen o wrthfotigau.	
Brechu	

5. Triniaeth	Clefyd
Gwrthfotigau	
Gorffwys yn y gwely	
Cyffuriau gwrthffyngol	
Yfed digon	



# Paru Clefydau

Gweithdrefn:

1. Defnyddiwch y taflenni gwybodaeth i ddarganfod pa glefydau a ddylai fynd i bob blwch gwag. Mae hyn wedi'i ddechrau i chi.
2. Ydych chi'n sylwi ar unrhyw debygrwydd neu wahaniaethau rhwng y clefyd?

1. Microb Heintus	Clefyd
Bacteria	Clamydia
Firws	1 2 3
Ffyngau	1

2. Symptomau	Clefyd
Dim symptomau	1
Twymyn	1 2 3
Brech	1 2
Dolur gwddf/Llwnc tost	1 2
Rhedlif gwyn	1 2

3. Trosglwyddiad	Clefyd
Cyswllt rhywiol	1 2
Cyffwrdd	1 2 3
Anadlu	1 2 3
Ceg i geg	1



# Paru Clefydau

4. Atal	Clefyd
Golchi dwylo	1 2 3
Gorchuddio'r geg a'r trwyn wrth beswch a thisian	1 2 3
Defnyddio condom	1 2
Dylid osgoi'r defnydd diangen o wrthfotigau.	1
Brechu	1 2 3

5. Triniaeth	Clefyd
Gwrthfotigau	1
Gorffwys yn y gwely	1 2 3
Cyffuriau gwrthff yngol	1
Yfed digon	1 2 3