



Sut gallwch chi helpu rhywun sy'n

gwaedu



Cam allweddol:

Pwyswch yn galed arno



Sut ydych chi'n gwybod ei fod yn gwaedu'n ddrwg?

Os yw'n gwaedu'n ddrwg, bydd yn gwaedu gormod i ddim ond cael plastr.



Sut i helpu

- 1 Pwyswch yn galed ar y gwaedlif gan ddefnyddio rhywbeth fel lliain, crys-T neu hyd yn oed eich llaw.



- 2 Ewch i roi gwybod i oedolyn a ffonio 999.
- 3 Daliwch ati i bwysu arno nes bydd help yn cyrraedd.