Ddim yn ymateb nac yn anadlu pan fydd AED ar gael

Cardiau chwarae rôl: **Ddim yn ymateb nac yn anadlu pan fydd AED ar gael**

Beth sy'n digwydd?

Mae dau ffrind newydd fod yn y sinema. Maent yn y maes parcio yn chwilio am eu rhieni, sydd i fod i ddod i'w nôl nhw oddi yno. Wrth aros, maent yn gweld dyn hŷn yn cwympo ac yn disgyn i'r llawr ger y fynedfa i'r sinema.

Cardiau chwarae rôl: **Ddim yn ymateb nac yn anadlu pan fydd AED ar gael**

Syniadau

- Ffonau symudol
- AED - gellid gwneud hyn o flwch, mymryn o linyn a phapur

Rolau

- Isod ceir amrywiaeth o rolau – mewn grwpiau bach, mae pob un yn dewis cymeriad i'w chwarae. Gwnewch yn siŵr bod pob un yn y grŵp yn cael cyfle i chwarae rôl pob cymeriad. Neu, darllenwch y senario fel stori.
- Treuliwch amser yn mynd i mewn ac allan o'r rôl.

Sesiwn ôl-drafod

- Wedyn, treuliwch ychydig o amser yn trafod y stori. Gallech feddwl am y canlynol:
- Beth ddigwyddodd i'r un nad oedd yn ymateb nac yn anadlu? Pa arwyddion o ddiffyg ymateb a diffyg anadl maent wedi eu dangos?
- Sut wnaeth y cynorthwyydd eu helpu?
- Beth wnaeth y gwyliwr? Beth allent ei wneud yn y dyfodol i fod yn gynorthwywr?

Cardiau chwarae rôl: **Ddim yn ymateb nac yn anadlu pan fydd AED ar gael**

Rhywun nad yw'n ymateb

Mae'r unigolyn hwn yn cerdded tuag at y sinema, ac mae'n dechrau teimlo'n sâl. Mae'n disgyn i'r llawr.

Nid yw'n ymateb nac yn anadlu.

Sylwch: Os byddwch chi'n dewis actio hyn, daliwch eich anadl am eiliad tra byddant yn gwirio eich anadl, ond yna anadlwch fel arfer.

Cardiau chwarae rôl: **Ddim yn ymateb nac yn anadlu pan fydd AED ar gael**

Helpwr

Mae'r unigolyn hwn wedi bod yn y sinema gyda ffrind ar ôl wythnos brysur yn yr ysgol. Mae hi wedi bod yn noson dda. Mae'r unigolyn a'i ffrind yn sgwrsio ynghylch a ydynt yn meddwl bod diwedd y ffilm yn dda ai peidio. Maent yn cadw golwg am eu rhieni, ac maent yn gweld dyn yn mynd yn igam-ogam ac yn cwympo wrth fynd tua'r sinema.

Nid yw'r un sydd ar y llawr yn symud o gwbl. Maent yn galw arno ond nid yw'n ateb. Maent yn ysgwyd ei ysgwyddau ac yn gwyro ei ben yn ôl i weld a yw'n anadlu, ond nid ydynt yn gallu clywed na gweld unrhyw arwydd o anadl. Maent yn ffonio 999. Maent yn cofio bod AED yn y sinema ac yn rhuthro i'w nôl. Maent yn dod yn ôl ac yn dilyn yr ysgogiadau llais, gan wasgu'r frest drwy wthio'n galed ac yn gyflym yng nghanol y frest pan fydd y peiriant yn dweud wrthynt am wneud hynny.

Pwysig: Os byddwch yn penderfynu cywasgu'r frest, cyfnewidiwch yr un sydd ar y llawr am fanicin neu rywbeth y gallwch bwyso arno. Peidiwch â chywasgu brest yr un sy'n chwarae'r rôl.

Cardiau chwarae rôl: **Ddim yn ymateb nac yn anadlu pan fydd AED ar gael**

Gwyliwr

Mae'r unigolyn hwn yn aros i'w rieni ddod i'w nôl ar ôl gweld ffilm gyda'i ffrind. Maent yn trafod diwedd y ffilm ac yn meddwl y bydd yn rhaid iddynt gytuno i anghytuno o bosibl ynghylch y cwestiwn a oedd y diweddglo'n dda.

Yn sydyn, mae ei ffrind yn sylwi ar ddyn yn cwympo wrth iddo gerdded tuag at y sinema.

CYMORTH CYNTAF

© Y Groes Goch Brydeinig 2019. Pob llun © Y Groes Goch Brydeinig 2019 oni nodir yn wahanol.
Mae'r adnodd hwn a deunyddiau addysgol eraill am ddim ar gael yn www.redcross.org.uk/education
Mae Cymdeithas y Groes Goch Brydeinig yn elusen wedi'i chofrestru yng Nghymru a Lloegr (220949) a'r Alban (SCO37738).

Nerth caredigrwydd