

Helpu rhywun sy'n cael

# adwaith alergaidd difrifol



Cam allweddol:  
**Ffonio 999.**



**Gwybod beth i'w wneud:**

Mae'r person yn dod i gysylltiad â rhywbeth y mae ganddo alergedd iddo (er enghraifft, pysgnau, pigiad neu latecs).

Efallai y bydd y person yn datblygu brech, cosi neu chwydd ar ei ddwylo, ei draed neu ei wyneb.

Efallai y bydd ei anadlu'n arafu.

**Camau i'w cymryd:**

Pan fyddwch chi'n gweld y symptomau hyn, ffoniwch 999 neu gofynnwch i rywun arall wneud hynny.

Os bydd gan rywun alergedd hysbys a bod ganddo awto-chwistrellydd, gallwch ei helpu i'w ddefnyddio, neu ei wneud eich hun gan ddilyn y canllawiau ar y cynnyrch.

Rhowch sicrwydd parhaus wrth aros i'r ambiwlans gyrraedd.

**Gwybodaeth ategol:**

Gall adwaith alergaidd effeithio ar rywun yn gyflym iawn a gall fod yn ddifrifol iawn, gan achosi i'w lwybr anadlu chwyddo, a fydd yn ei atal rhag anadlu.

Os bydd rhywun yn cael adwaith alergaidd difrifol am y tro cyntaf, bydd hyn yn brofiad brawychus iawn i'r person hwnnw, ac i chi.