

Coronafeirws

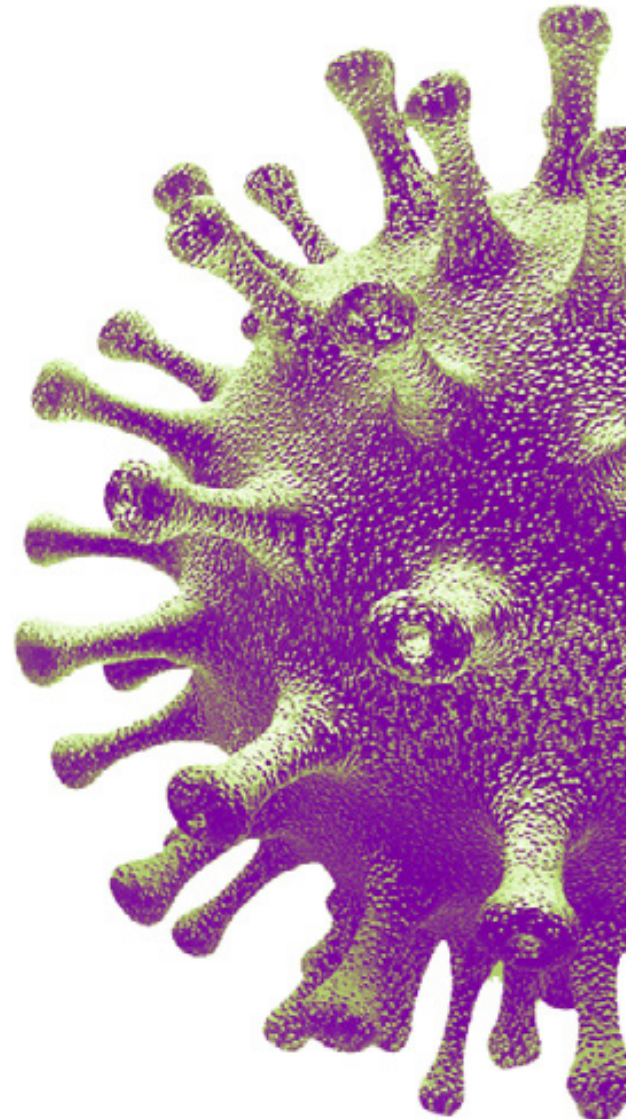
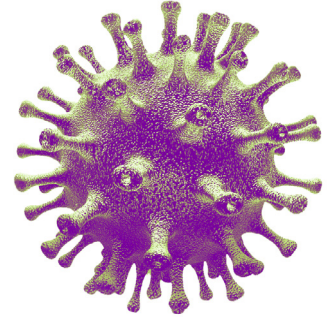
Ynyswch eich hun

Arhoswch gartref

Os oes gennych dymheredd uchel neu beswch newydd a pharhaus – hyd yn oed os yw'n ysgafn

- ✔ **Arhoswch gartref** am 7 diwrnod ers cychwyn y symptom cyntaf a chadwch draw rhag eraill.
- ✘ **PEIDIWCH** â mynd at eich meddyg teulu nac i'r ysbyty.
- ✔ **Ewch i nhsdirect.wales.nhs.uk** er mwyn gwirio'ch symptomau a dilynwch y cyngor meddygol arbenigol. Dim ond os na allwch fynd ar lein neu os bydd eich symptomau'n gwaethygu y dylech ffonio GIG 111.
- ✔ **Diogelwch** bobl hŷn a'r rhai sydd â chyflyrau iechyd presennol trwy osgoi cyswllt â nhw.

Darganfyddwch sut mae ynysu'ch hun gartref trwy ymweld ag icg.gig.cymru/coronafeirws



CORONAFEIRWS

**AMDDIFFYN
EICH HUN
ERAILL
A'R NHS**