

Canser y coluddyn

Mae'r wybodaeth hon ynghylch canser y coluddyn a thriniaethau ar gyfer canser y coluddyn.

Ceir esboniad o'r geiriau sydd wedi eu tanlinellu yn y rhestr eiriau ar y diwedd. Mae'r rhestr eiriau hefyd yn cynnwys ynganiad y geiriau yn Saesneg.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau am yr wybodaeth hon, gallwch holi'ch meddyg neu nyrs yn yr ysbyty lle rydych yn cael eich triniaeth.

Gallwch hefyd ffonio Cymorth Canser Macmillan ar radffôn **0808 808 00 00 7** diwrnod yr wythnos rhwng 8am a 8pm. Mae gennym gyfieithwyr felly, gallwch siarad â ni yn eich iaith eich hun. Pan fyddwch yn ein ffonio, dywedwch wrthym yn Saesneg pa iaith yr ydych ei hangen (dywedwch "Welsh").

Mae mwy o wybodaeth am ganser yn Gymraeg yn macmillan.org.uk/translations

Mae'r wybodaeth hon yn trafod:

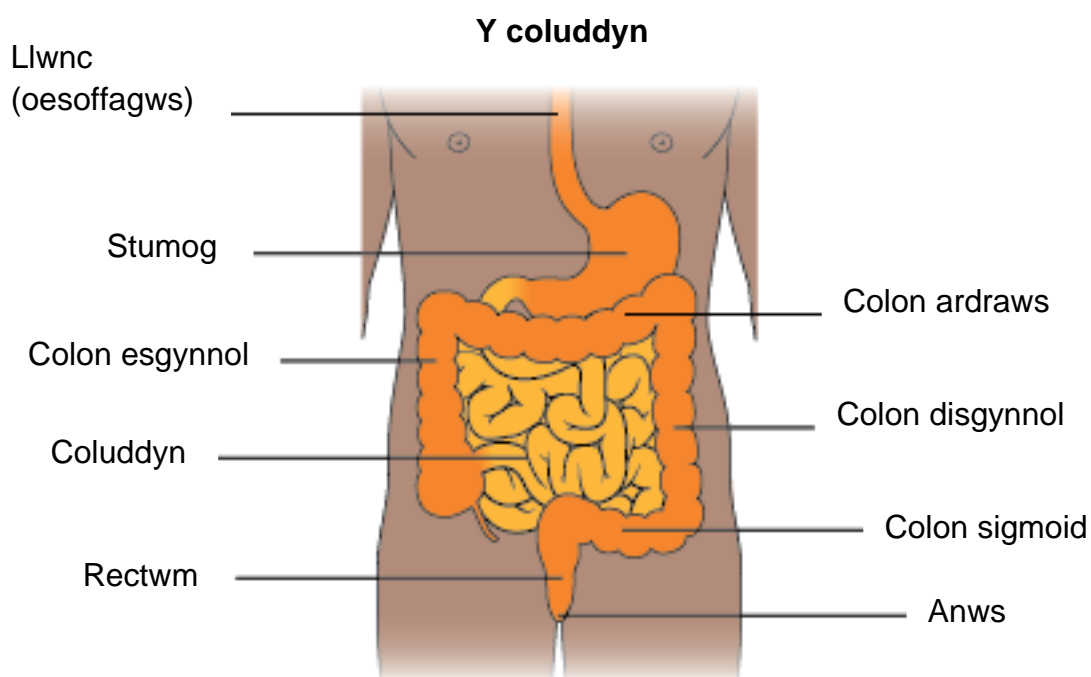
- Y coluddyn
- Canser y coluddyn
- Sut caiff triniaeth ei chynllunio
- Siarad â'ch tîm gofal iechyd
- Cwestiynau i'w gofyn am eich triniaeth
- Triniaethau ar gyfer canser y coluddyn
- Sgîl-ffeithiau posibl eich triniaeth
- Dilyniant
- Eich teimladau
- Sut y gall Macmillan eich helpu chi
- Rhestr eiriau
- Mwy o wybodaeth yn Gymraeg
- Cyfeiriadau a diolchiadau

Y coluddyn

Mae'r coluddyn yn rhan o'r system dreulio. Mae'r system dreulio yn torri bwyd i lawr a'i amsugno fel gall y corff ei ddefnyddio. Mae dwy ran iddo, y coluddyn bach a'r coluddyn mawr.

Mae tair rhan i'r coluddyn mawr. Sef:

- y colon
- y rectwm
- yr anws.



Canser y coluddyn

Mae pob rhan o'r corff wedi'i wneud o gelloedd bach. Mae canser y coluddyn yn digwydd pan fo'r celloedd yn y coluddyn yn tyfu'n afreolus ac yn ffurfio lwmp a elwir yn diwmor (canser cychwynnol).

Gall canser effeithio ar wahanol rannau o'r coluddyn. Y ddau brif fath o ganser y coluddyn mawr yw:

- canser y colon
- canser y rectwm.

Gelwir canser y coluddyn mawr yn ganser colorefrol hefyd. Mae canser y coluddyn bach a chanser yr anws yn brin. Mae gennym wybodaeth am y canserau hyn yn Saesneg.

Weithiau mae celloedd canser yn lledaenu i rannau eraill o'r corff trwy'r gwaed a'r system lymffatig. Gelwir hyn yn ganser eilaidd.

Nid yw canser y coluddyn yn heintus ac ni ellir ei basio i bobl eraill.

Camau a graddau canser y coluddyn

- Mae cam y canser yn golygu pa mor fawr ydyw ac os yw wedi lledaenu.
- Gradd y canser yw pa mor gyflym y gallai'r canser dyfu.

Sut caiff triniaeth ei chynllunio

Bydd eich tîm gofal iechyd yn cyfarfod i gynllunio'r driniaeth orau i chi. Wedi'r cyfarfod hwn, bydd eich meddyg neu nyrs yn siarad â chi am:

- cam a gradd y canser
- eich iechyd cyffredinol
- y triniaethau a'r sgîl-ffeithiau posibl
- yr hyn yr ydych yn ei feddwl am y triniaethau sydd ar gael.

Siarad â'ch tîm gofal iechyd

Mae'n bwysig eich bod yn trafod unrhyw driniaeth â'ch meddyg, i wneud yn siŵr eich bod yn deall beth mae'n ei olygu. Ar ôl siarad gyda chi, bydd eich meddyg yn gofyn i chi lofnodi ffurflen i ddangos eich bod yn deall ac yn cytuno i gael y driniaeth. Gelwir hyn yn rhoi caniatâd. Ni fyddwch yn cael unrhyw driniaeth oni bai eich bod wedi cytuno i'w chael.

Mae'n syniad da mynd â rhywun gyda chi sy'n gallu siarad Cymraeg a Saesneg. Neu gall yr ysbyty drefnu cyfieithydd ar eich cyfer. Rhwng wybod i'ch nyrs os ydych angen un.

Cwestiynau i'w gofyn am eich triniaeth

- Beth mae fy niagnosis yn ei olygu?
- Beth yw cam a gradd y canser?
- Pa driniaethau sydd ar gael?
- Beth yw manteision, risgiau a sgîl-ffeithiau pob triniaeth?
- Sut fydd y driniaeth yn effeithio ar fy mywyd dyddiol?
- Gyda phwy allaf i siarad am sut ydw i'n teimlo?

Mae gennym fwy o wybodaeth yn eich iaith ynghylch cael diagnosis o ganser.

Triniaethau ar gyfer canser y coluddyn

Mae'r triniaethau ar gyfer canser y coluddyn yn cynnwys:

- llawdriniaeth (llawfeddygaeth)
- cyffuriau cemotherapi neu therapi targedig
- radiotherapi

Mae llawer o bobl yn cael mwy nag un math o driniaeth, megis llawdriniaeth ac yna cemotherapi neu radiotherapi. Efallai y bydd pobl sydd â chanser y colon yn cael triniaeth wahanol i bobl sydd â chanser y rectwm.

Llawdriniaeth

Llawdriniaeth (llawfeddygaeth) i dynnu'r canser yw'r driniaeth fwyaf cyffredin ar gyfer canser y coluddyn.

Weithiau gellir tynnu canserau'r coluddyn yn eu camau cynnar iawn gyda llawdriniaeth a elwir yn echdoriad lleol. Nid oes angen i'r llawfeddyg wneud toriad yn y bol (abdomen). Maent yn tynnu'r canser gan ddefnyddio cyfarpar llawfeddygol sy'n cael eu pasio trwy'r anws.

Bydd y rhan fwyaf o bobl yn cael llawdriniaeth i dynnu rhan o'r coluddyn. Fel arfer bydd y llawfeddyg hefyd yn tynnu ychydig o nodau lymff sydd wrth ymyl y canser. Gwnaiff hyn oherwydd gall celloedd canser ymledu i nodau lymff wrth ymyl y canser.

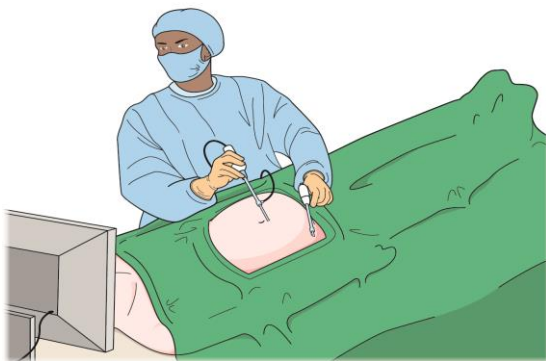
Efallai y cewch lawdriniaeth fel:

- llawfeddygaeth agored
- llawfeddygaeth twll clo (laparosgopaidd).

Mae llawfeddygaeth agored yn golygu bod y llawfeddyg yn gwneud toriad mawr cyn tynnu'r canser.

Mae llawfeddygaeth twll clo yn golygu bo'r llawfeddyg yn gwneud 4 neu 5 toriad bach. Maent yn rhoi cyfarpar llawfeddygol drwy'r toriadau i dynnu'r canser. Fel arfer byddwch yn gwella'n gynt ar ôl llawfeddygaeth twll clo nag ar ôl llawfeddygaeth agored.

Llawfeddyg yn gwneud llawfeddygaeth twll clo (laparosgopaidd)

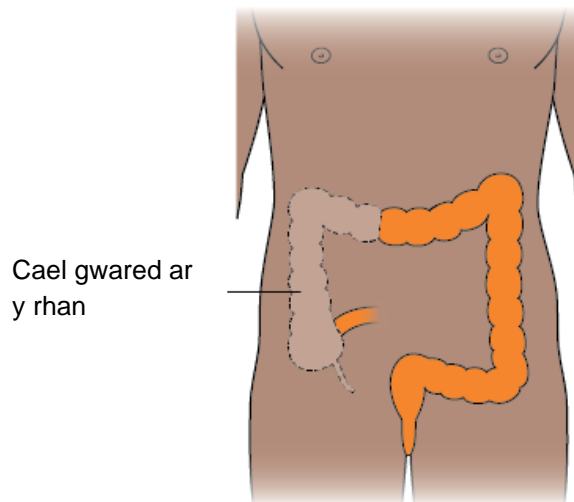


Mathau o lawdriniaeth ar gyfer canser y colon

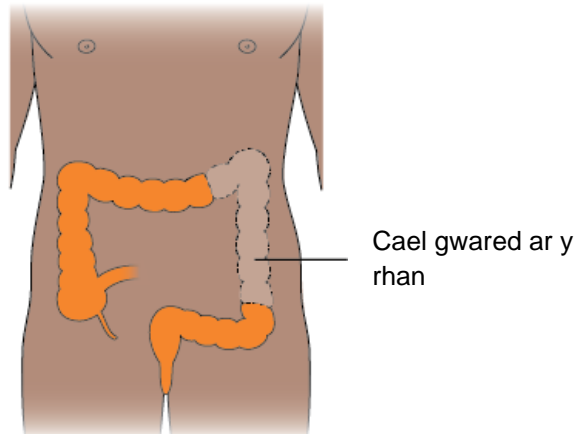
- **Hemi-colectomi** – tynnu hanner y colon. Gellir naill ai tynnu'r ochr chwith neu'r ochr dde, yn dibynnu ar ble mae'r canser.
- **Colectomi sigmoid** – tynnu'r colon sigmoid.

Ar ôl tynnu'r rhan o'r coluddyn ble mae'r canser, mae'r llawfeddyg yn uno dau ben y coluddyn gyda'i gilydd.

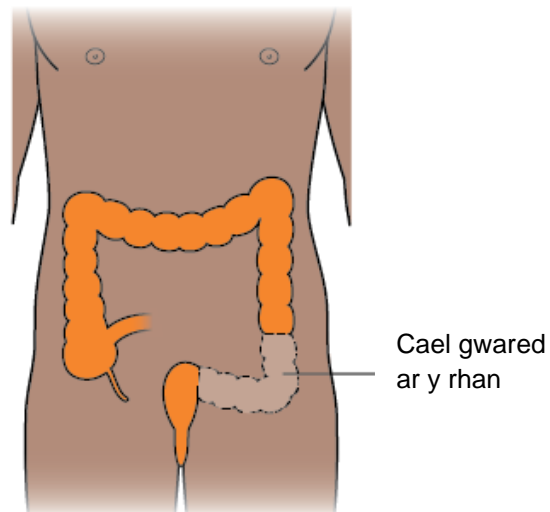
Hemi-colectomi de



Hemi-colectomi chwith



Colectomi sigmoid



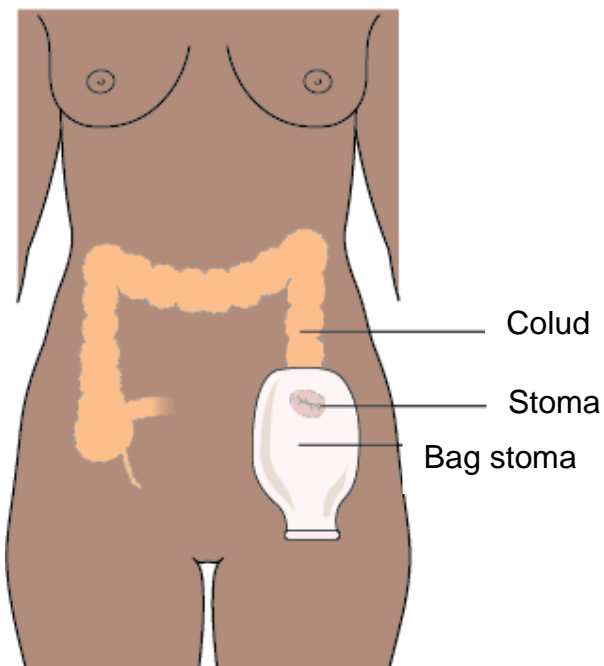
I rai pobl, efallai y bydd angen tynnu'r colon. Gelwir hyn yn golectomi cyflawn. Bydd eich meddyg yn dweud mwy wrthy'ch am hyn os byddwch angen y math yma o lawdriniaeth.

Stomas

Mae rhai pobl angen cael stoma. Dyma pryd mae'r llawfeddyg yn cysylltu pen y coluddyn ag arwyneb y bol (abdomen). Byddwch yn pasio pŵ (carthion) allan trwy'r stoma i mewn i fag arbennig rydych chi'n ei wisgo.

- Os gwneir y stoma o'r colon fe'i gelwir yn golostomi.
- Os gwneir y stoma o'r coluddyn bach (ilewm), fe'i gelwir yn ileostomi.

Stoma a bag stoma



Bydd nyrs stoma yn dangos i chi sut i ofalu am y stoma a rhoi mwy o gyngor a gwybodaeth i chi.

Efallai mai dim ond am gyfnod byr ar ôl llawdriniaeth y byddwch angen stoma, er mwyn caniatáu'r coluddyn i wella. Ond weithiau bydd yn parhaol. Gall eich meddyg ddweud wrthyh os bydd efallai angen stoma arnoch a pha mor hir y gallai fod gennych.

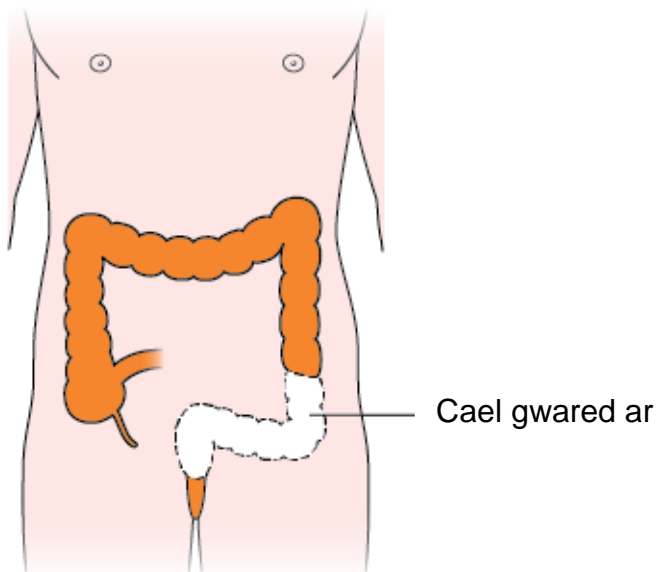
Mathau o lawdriniaeth ar gyfer canser y rectwm

Mae llawfeddyg fel arfer yn tynnu'r rhan fwyaf o'r rectwm, a'r meinwe brasterog a'r nodau lymff o amgylch y rectwm.

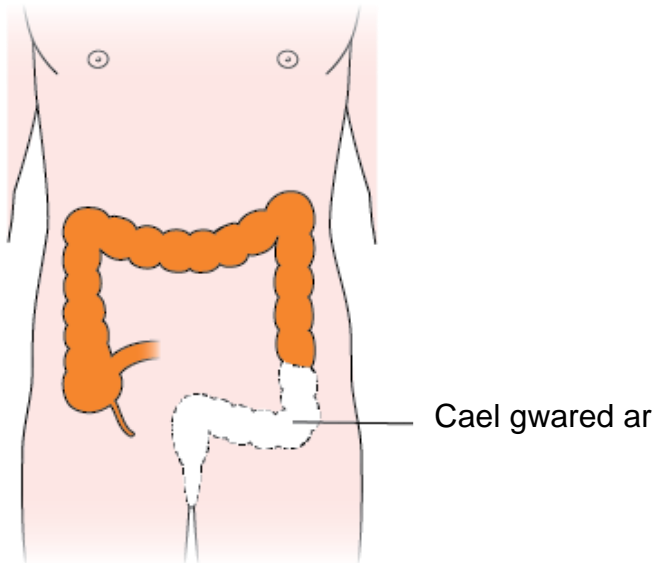
Echdoriad anterior – mae'r llawfeddyg yn tynnu'r rhan o'r rectwm sydd wedi'i effeithio gan y canser. Maent yn cysylltu dau ben y coluddyn gyda'i gilydd.

Echdoriad abdomino-perineol – defnyddir hyn gan amlaf ar gyfer canserau ger yr anws. Mae'r meddyg yn tynnu'r rectwm a'r anws. Ar ôl y llawdriniaeth hon, bydd gennych stoma parhaol.

Echdoriad anterior



Echdoriad abdomino-perineol



Mathau o lawdriniaeth ar gyfer canser y coluddyn sydd wedi lledaenu

Weithiau, mae'r canser yn rhwystro'r coluddyn ac yn atal pŵ rhag pasio drwodd. Gall hyn achosi poen yn y bol a chwydu. Efallai bydd y meddyg yn rhoi tiwb tenau (o'r enw stent) yn y coluddyn i'w gadw'n agored.

I rai pobl, efallai y bydd angen tynnu'r rhan o'r coluddyn sydd wedi blocio yn ystod llawdriniaeth.

Os yw'r canser wedi lledaenu i ran arall o'r corff, megis yr iau neu'r ysgyfaint, weithiau ceuch lawdriniaeth i'w dynnu.

Mae gennym ragor o wybodaeth yn Gymraeg am lawfeddygaeth a rhai o'r sgîl-ffeithiau y gallwch eu profi.

Cemotherapi

Mae cemotherapi yn defnyddio cyffuriau gwrth ganser i ddinistrio celloedd canser. Fel arfer, nid ydych angen cemotherapi ar gyfer canser y coluddyn yn ei gamau cynnar.

Gellir rhoi cemotherapi:

- ar ôl llawfeddygaeth i leihau'r risg y daw'r canser yn ôl
- cyn llawfeddygaeth, i leihau'r canser ac i leihau'r risg y daw'r canser yn ôl
- fel y brif driniaeth ar gyfer canser sydd wedi lledaenu.

Gall cyffuriau cemotherapi achosi sgîl-ffeithiau sy'n gwneud i chi deimlo'n wael. Gall gwahanol gyffuriau achosi gwahanol sgîl-ffeithiau. Mae'r rhain yn cynnwys:

- bod yn fwy tebygol o gael haint
- teimlo'n flinedig
- teimlo'n sâl neu fod yn sâl
- ceg ddolurus
- colli gwallt.

Gall eich meddyg siarad â chi am y sgîl-ffeithiau y gallech eu cael a sut i'w rheoli. Gellir rheoli'r rhan fwyaf o sgîl-ffeithiau gyda chyffuriau. Mae'r rhan fwyaf o sgîl-ffeithiau'n mynd ar ôl i'r driniaeth ddod i ben.

Mae gennym ragor o wybodaeth yn Gymraeg am gemotherapi a rhai o'r sgîl-ffeithiau y gallwch eu profi.

Radiotherapi

Mae radiotherapi yn defnyddio pelydrau X ynni uchel i ddinistrio'r celloedd canser. Fel arfer nid ydych yn cael radiotherapi ar gyfer canser y colon ond mae'n driniaeth gyffredin ar gyfer canser y rectwm.

Efallai y cewch radiotherapi cyn llawdriniaeth i dynnu canser y rectwm. Fe all:

- wneud y canser yn llai ac yn haws i'w dynnu
- leihau'r siawns y bydd canser y rectwm yn dychwelyd.

Byddwch yn cael y llawdriniaeth ychydig wythnosau ar ôl gorffen y radiotherapi.

Efallai y defnyddir radiotherapi ar ôl llawdriniaeth os oes siawns bod peth o'r canser dal ar ôl.

Os yw canser y rectwm wedi lledaenu neu ddychwelyd, efallai y cewch radiotherapi i'w wneud yn llai. Gall hefyd helpu gyda symptomau fel poen.

Mae sgîl-ffeithiau radiotherapi ar gyfer canser y rectwm yn cynnwys:

- blinder
- newidiadau i'ch croen
- newidiadau i'r coluddyn
- newidiadau i'r bledren.

Mae gennym ragor o wybodaeth yn Gymraeg am radiotherapi a rhai o'r sgîl-ffeithiau y gallwch eu profi.

Cemoymbelydredd

Os oes gennych ganser y rectwm, efallai byddwch yn cael cemotherapi a radiotherapi gyda'i gilydd.

Gelwir hyn yn gemoymbelydredd. Gall weithio'n well na chael naill ai cemotherapi neu radiotherapi ar eu pennau eu hunain. Gall cael y triniaethau gyda'i gilydd waethygu'r sgîl-ffeithiau.

Therapiau (biolegol) targedig

Mae cyffuriau therapi targedig yn targedu rhywbeth mewn neu o amgylch cell cancer sy'n ei helpu i dyfu a goroesi. Defnyddir therapïau targedig weithiau i drin canserau'r coluddyn sydd wedi lledaenu i rannau eraill o'r corff.

Mae'r sgîl-ffeithiau'n cynnwys:

- teimlo'n flinedig
- croen sych neu frech
- dolur rhydd
- symptomau ffliw.

Gellir rheoli'r rhan fwyaf o sgîl-ffeithiau gyda chyffuriau ac maent yn diflannu pan fydd y driniaeth wedi dod i ben.

Sgîl-ffeithiau posibl eich triniaeth

Isod mae rhai sgîl-ffeithiau y gallech eu cael yn ystod ac ar ôl triniaeth am ganser y coluddyn.

Newidiadau i'r coluddyn

Ar ôl triniaeth, efallai bydd eich coluddyn yn gweithio'n wahanol am gyfnod. Efallai:

- bydd gennych y dolur rhydd
- byddwch angen pŵ yn fwy aml
- na fyddwch yn cael llawer o rybudd pan fyddwch angen pŵ
- bydd gennych ben ôl poenus.

Bydd y rhain fel arfer yn gwella ar ôl amser. Dywedwch wrth eich meddyg neu nyrs os yw'r sgîl-ffeithiau hyn gennych neu os nad ydynt yn gwella. Gallant roi cyngor a meddyginiaethau i'ch helpu.

Amddiffyn eich croen

Gall cael pŵ chwâl neu ddyfrllyd wneud y croen o amgylch eich pen ôl yn boenus. Gallai'r awgrymiadau hyn helpu:

- Cadwch y croen o amgylch eich anws (pen ôl) yn lân a sych.
- Defnyddiwch gadachau gwlyb (wet wipes) di-bersawr gan eu bod yn feddalach ar eich croen na phapur toiled.
- Defnyddiwch eli rhwystr i helpu i warchod eich croen. Defnyddiwch elïau y mae eich meddyg a'ch nyrs wedi'u hargymell yn unig.
- Gwisgwch ddillad isaf cotwm i gadw'ch croen yn sych a lled oer.

Newidiadau diet

Efallai y bydd eich meddyg yn eich cyngori i ddilyn diet penodol tra bydd eich coluddyn yn gwella ar ôl llawdriniaeth.

Weithiau bydd bwyd fel ffrwythau a llysiau yn gwneud eich pŵ yn llac a gwneud i chi fynd i'r toiled yn fwy aml. Gall helpu i gadw dyddiadur o'r hyn rydych yn ei fwyta a sut mae'n effeithio arnoch.

Os nad ydych yn teimlo fel bwyta, gall helpu i fwyta sawl pryd bach yn ystod y dydd yn hytrach na 1 neu 2 bryd mawr. Os ydych yn parhau i gael problemau gyda'r hyn y gallwch fwyta, siaradwch â'ch nyrs neu feddyg.

Pryder

Gall teimlo'n bryderus neu boenus wneud eich pŵ yn fwy llac. Gallai dysgu sut i ymlacio helpu eich coluddyn i setlo ac mae hefyd yn beth da ar gyfer eich iechyd cyffredinol a'ch gwellhad.

Os oes gennych stoma

Os oes gennych stoma dros dro neu barhaol ar ôl eich llawdriniaeth, byddwch angen ychydig o amser i addasu iddo. Efallai y bydd hefyd yn ddefnyddiol i chi siarad â rhywun arall sydd â stoma. Efallai gall eich nyrs drefnu hyn i chi. Bydd eich nyrs yn eich dysgu sut i reoli eich stoma gartref.

Cerdyn toiled Macmillan

Efallai y byddwch chi'n poeni am fynd allan os bydd angen i chi ddefnyddio toiled ar frys. Efallai y bydd o help i gario cerdyn toiled Macmillan am ddim. Gallwch ddangos hwn mewn lleoedd fel siopau, swyddfeydd a chaffis. Gobeithiwn bydd yn eich helpu i gael mynediad at doiled ond efallai na fydd yn gweithio ym mhobman.

Gallwch gael un drwy ffonio Llinell Gymorth Macmillan ar **0808 808 00 00**. Neu, gallwch ei archebu yn **be.macmillan.org.uk**

Gallwch hefyd ddefnyddio toiledau anabl. Mae ynddynt fasn ymolchi a lle i newid eich dillad. Mae toiledau anabl weithiau wedi eu cloi. Gallwch brynu allwedd oddi wrth Disability Rights UK.

Mwy o wybodaeth am sgîl-effeithiau

Mae gennym fwy o wybodaeth yn eich iaith ynghylch sgîl-effeithiau cyffredin triniaeth cancer. Gall ein gwybodaeth ynghylch blinder a phroblemau bwyta hefyd fod yn ddefnyddiol. Gallwch ddod o hyd i'r wybodaeth hon ar-lein yn **macmillan.org.uk/translations**. Neu gallwch ffonio **0808 808 00 00** a gofyn am wybodaeth yn eich iaith.

Dilyniant

Ar ôl i'ch triniaeth ddod i ben, byddwch yn cael gwiriadau rheolaidd a hefyd efallai profion. Mae'r rhain fel arfer yn parhau am sawl blwyddyn.

Eich teimladau

Mae'r rhan fwyaf o bobl yn teimlo wedi ei llethu pan ddywedir wrthynt fod ganddynt ganser ac maent yn profi sawl emosiwn gwahanol. Does dim ffordd gywir nac anghywir o ymateb. Mae yna sawl ffordd i ymdopi gyda hyn. Gallai siarad â ffrind agos neu berthynas helpu. Gall eich meddyg neu nyrs helpu hefyd.

Sut y gall Macmillan eich helpu chi

Mae Macmillan yma i'ch helpu chi a'ch teulu. Gallwch gael cefnogaeth gan:

- **Linell Gymorth Macmillan (0808 808 00 00).** Mae gennym gyfieithwyr, felly gallwch siarad gyda ni yn eich iaith. Dywedwch wrthym, yn Saesneg, yr iaith rydych am ei defnyddio. Gallwn ateb cwestiynau meddygol, rhoi gwybodaeth am gymorth ariannol i chi neu siarad gyda chi am eich teimladau. Gallwch ffonio 7 diwrnod yr wythnos rhwng 8am a 8pm.
- **Gwefan Macmillan (macmillan.org.uk).** Mae gan ein safle lawer o wybodaeth yn Saesneg am ganser a byw gyda chanser. Mae mwy o wybodaeth mewn ieithoedd eraill yn macmillan.org.uk/translations
- **Gwasanaethau gwybodaeth a chefnogaeth.** Mewn gwasanaeth gwybodaeth a chefnogaeth, gallwch siarad ag arbenigwr canser a chael gwybodaeth ysgrifenedig. Chwiliwch am eich canolfan agosaf yn macmillan.org.uk/informationcentres neu ffoniwch ni. Efallai y bydd gan eich ysbyty ganolfan.
- **Grwpiau cefnogaeth lleol** – Mewn grŵp cefnogaeth, gallwch siarad â phobl eraill wedi'u heffeithio gan ganser. Dewch o hyd i grŵp gerllaw yn macmillan.org.uk/supportgroups neu ffoniwch ni.
- **Cymuned Ar-lein Macmillan** – Gallwch hefyd siarad â phobl eraill wedi'u heffeithio gan ganser ar-lein yn macmillan.org.uk/community

Rhestr eiriau

Gair Cymraeg	Yn Saesneg	Sut i'w ddweud yn Saesneg (trawslythreniad o'r gair Saesneg)	Ystyr
Cam cynnar	Early Stage	Yr-li Stêj	Canser sydd newydd ddechrau tyfu ac nid yw wedi lledaenu i rannau eraill o'r corff.
Canser cychwynnol	Primary cancer	Prai-myri can-syr	Y tiwmor cyntaf i dyfu yn y corff.
Celloedd	Cells	Séls	Y blociau adeiladu bach sy'n llunio organau a meinwe ein corff.
Cemotherapi	Chemotherapy	Cî-mo-ther-ypi	Triniaeth canser sy'n defnyddio cyffuriau i ladd celloedd canser.
Colostomi	Colostomy	Col-os-to-mi	Stoma a wnaed o ran o'r colon.
Diagnosis	Diagnosis	Dei-ag-no-sis	Darganfod os oes gennych salwch ai peidio.
Dolur rhydd	Diarrhoea	Dai-yr-î-a	Pan fydd eich pŵ yn feddal neu'n ddyfrllyd. Efallai byddwch angen y toiled yn amlach neu ar frys. Efallai bydd gennych boen bol hefyd.
Eli rhwystr	Barrier Cream	Bar-î-yr crîm	Elw gwrth-ddŵr sy'n amddiffyn y croen rhag hylifau'r corff.
Ileostomi	Ileostomy	Ili-os-ty-mi	Stoma a wnaed o ran o'r coluddyn bach.
Ilewm	Ileum	Ili-ym	Y rhan o'r coluddyn bach sy'n ymuno â'r colon.
Llawfeddygaeth	Surgery	Syr-jy-ri	Cael llawdriniaeth.
Nodyn lymff	Lymph node	Lumff nôd	Chwarren sy'n rhan o'r <u>system lymffatig</u> .

Nyrs stoma	Stoma nurse	Sto-ma nyrs	Nyrs a fydd yn dangos i chi sut i ofalu am y stoma.
Radiotherapi	Radiotherapy	Rei-di-o ther-ypi	Triniaeth sy'n defnyddio pelydrau X ynni uchel i ddinistrio celloedd cancer.
Sgîl-efeithiau	Side effects	Said eff-ects	Effeithiau digroeso triniaeth cancer.
Stoma	Stoma	Sto-ma	Agoriad i'r corff a wnaed gan lawfeddyg.
System lymffatig	Lymphatic system	Lum-ffat-ic sus-tem	Rhwydwaith o lestri a chwarennau ledled y corff sy'n helpu i ymladd haint.
Tiwmor	Tumour	Tiw-myr	Grŵp o gelloedd sy'n tyfu mewn ffordd annormal. Mae'r celloedd annormal yn lluosogi ac yn ffurfio lwmp.
Therapi targedig	Targeted therapy	Tar-get-ed ther-ypi	Cyffuriau sy'n ymosod ar gelloedd cancer ac yn gwneud llai o niwed i gelloedd normal.

Mwy o wybodaeth yn Gymraeg

Mae gennym wybodaeth yn Gymraeg am y pynciau hyn:

Mathau o ganser	Ymdopi â chanser
<ul style="list-style-type: none">• Canser y fron• Canser y coluddyn mawr• Canser yr ysgyfaint• Canser y brostad	<ul style="list-style-type: none">• Os cewch ddiagnosis o ganser – canllaw cyflym• Problemau bwyta a chanser• Diwedd oes• Cymorth ariannol - budd-daliadau• Cymorth ariannol – help gyda chostau• Bwyta'n iach• Blinder a chanser• Sgîl-ffeithiau triniaeth canser• Yr hyn y gallwch ei wneud i helpu'ch hun
Triniaethau <ul style="list-style-type: none">• Cemotherapi• Radiotherapi• Llawfeddygaeth	

I weld yr wybodaeth hon, ewch i macmillan.org.uk/translations

Siaradwch â ni yn Gymraeg

Gallwch ffonio Macmillan am ddim ar **0808 808 00 00** a siarad â ni yn Gymraeg trwy gyfieithydd. Gallwch siarad â ni am eich pryderon a'ch cwestiynau meddygol. Dim ond dweud Cymraeg yn Saesneg y mae angen i chi ei wneud pan fyddwch yn ffonio (dywedwch "Welsh").

Rydym ar agor 7 diwrnod yr wythnos rhwng 8am a 8pm.

Cyfeiriadau a diolchiadau

Mae'r wybodaeth hon wedi ei hysgrifennu a'i golygu gan dîm Datblygu Gwybodaeth Canser Cymorth Canser Macmillan. Mae wedi cael ei chyfieithu i'r Gymraeg gan gwmni cyfieithu.

Mae'r wybodaeth yn y llyfryn yn seiliedig ar lyfrynnau Macmillan **Deall canser y colon a Deall canser y rectwm**. Gallwn anfon copïau i chi, ond mae'r llyfrynnau llawn ar gael yn Saesneg yn unig.

Mae'r wybodaeth wedi ei hadolygu gan arbenigwyr perthnasol a'i chymeradwyo gan ein Prif Olygydd Meddygol, Dr Tim Iveson, Oncolegydd Meddygol Ymgynghorol a Phrif Olygydd Meddygol Macmillan.

Diolch hefyd i'r bobl sydd wedi eu heffeithio gan ganser a adolygodd yr wybodaeth hon.

Mae'r holl wybodaeth yn seiliedig ar y dystiolaeth orau sydd ar gael. Am ragor o wybodaeth am y ffynonellau a ddefnyddiwn, cysylltwch â ni yn cancerinformationteam@macmillan.org.uk

MAC15136_Welsh_E03



Adolygwyd y cynnwys: Medi 2020

Adolygiad arfaethedig nesaf: 2022

Rydym yn gwneud pob ymdrech i sicrhau bod yr wybodaeth a ddarperir gennym yn gywir, ond ni ddylid dibynnu arni i adlewyrchu cyflwr presennol ymchwil feddygol, sy'n newid o hyd. Os ydych chi'n poeni am eich iechyd, siaradwch â'ch meddyg. Ni all Macmillan fod yn gyfrifol am unrhyw golled neu ddifrod sy'n deillio o unrhyw gamgymeriad yn yr wybodaeth hon na gwybodaeth trydydd parti fel gwybodaeth ar wefannau rydym yn rhoi dolenni atyn nhw.

© Cymorth Canser Macmillan 2020. Elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (261017), Yr Alban (SC039907) ac Ynys Manaw (604). Swyddfa gofrestredig 89 Albert Embankment, Llundain, SE1 7UQ.

MAC15136_Welsh_E03

Gobeithiwn y bydd yr wybodaeth hon o help i chi. Os oes gennych unrhyw gwestiynau, gallwn roi gwybodaeth a chefnogaeth i chi yn eich iaith dros y ffôn. Mae ein gwasanaethau am ddim. Galwch ni ar **0808 808 00 00** (Dydd Llun-Dydd Gwener, 9am tan 8pm) a gofynnwch yn Saesneg am eich iaith.