Fy Mhryderon

Hoffem wybod ychydig mwy amdanoch chi a'ch pryderon fel y gallwn eich cefnogi yn y ffordd gywir.

Cylchwch neu farciwch yr ateb sy'n dweud sut rydych chi'n teimlo. Os nad yw'r cwestiwn yn berthnasol i chi, cylchwch neu farciwch "Dim o gwbl"

NHS/CHI/HCN: _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Name: _____ **Date:** _____



Pa mor bryderus ydych chi am eich corff, arwyddion a symptomau?

Dim o gwbl	Ychydig bach	Eithaf dipyn	Cryn dipyn	Yn llethol
☐	☐	☐	☐	☐



Pa mor bryderus ydych chi am arian neu'ch cartref?

Dim o gwbl	Ychydig bach	Eithaf dipyn	Cryn dipyn	Yn llethol
☐	☐	☐	☐	☐

© Cymorth Canser Macmillan a'i drwyddedwyr, 2026. Cedwir pob hawl. Cymorth Canser Macmillan, elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (261017), Yr Alban (SC039907) ac Ynys Manaw (604). Hefyd yn gweithredu yng Ngogledd Iwerddon. — MAC20478_MyConcerns_Oct26_Welsh



Pa mor bryderus ydych chi am waith neu addysg?

Dim o gwbl	Ychydig bach	Eithaf dipyn	Cryn dipyn	Yn llethol
☐	☐	☐	☐	☐



Pa mor bryderus ydych chi am fywyd o ddydd i ddydd a gofalu amdanoch chi'ch hun?

Dim o gwbl	Ychydig bach	Eithaf dipyn	Cryn dipyn	Yn llethol
☐	☐	☐	☐	☐



Pa mor bryderus ydych chi am eich ffrindiau, teulu a pherthnasoedd?

Dim o gwbl	Ychydig bach	Eithaf dipyn	Cryn dipyn	Yn llethol
☐	☐	☐	☐	☐

© Cymorth Canser Macmillan a'i drwyddedwyr, 2026. Cedwir pob hawl. Cymorth Canser Macmillan, elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (261017), Yr Alban (SC039907) ac Ynys Manaw (604). Hefyd yn gweithredu yng Ngogledd Iwerddon. — MAC20478_MyConcerns_Oct26_Welsh



Pa mor bryderus ydych chi am ryw, agosatrwydd a ffrwythlondeb?

Dim o gwbl	Ychydig bach	Eithaf dipyn	Cryn dipyn	Yn llethol
☐	☐	☐	☐	☐



Pa mor bryderus ydych chi am eich ffordd o fyw, diddordebau a bywyd cymdeithasol?

Dim o gwbl	Ychydig bach	Eithaf dipyn	Cryn dipyn	Yn llethol
☐	☐	☐	☐	☐



Pa mor bryderus ydych chi am feddyliau, teimladau, emosiynau a hwyliau?

Dim o gwbl	Ychydig bach	Eithaf dipyn	Cryn dipyn	Yn llethol
☐	☐	☐	☐	☐

© Cymorth Canser Macmillan a'i drwyddedwyr, 2026. Cedwir pob hawl. Cymorth Canser Macmillan, elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (261017), Yr Alban (SC039907) ac Ynys Manaw (604). Hefyd yn gweithredu yng Ngogledd Iwerddon. — MAC20478_MyConcerns_Oct26_Welsh



Pa mor bryderus ydych chi amdanoch chi'ch hun a'ch dyfodol?

Dim o gwbl	Ychydig bach	Eithaf dipyn	Cryn dipyn	Yn llethol
☐	☐	☐	☐	☐



Pa mor bryderus ydych chi am ddiagnosis, triniaeth a gofal?

Dim o gwbl	Ychydig bach	Eithaf dipyn	Cryn dipyn	Yn llethol
☐	☐	☐	☐	☐



Pa mor bryderus ydych chi am wybodaeth a chymorth?

Dim o gwbl	Ychydig bach	Eithaf dipyn	Cryn dipyn	Yn llethol
☐	☐	☐	☐	☐

© Cymorth Canser Macmillan a'i drwyddedwyr, 2026. Cedwir pob hawl. Cymorth Canser Macmillan, elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (261017), Yr Alban (SC039907) ac Ynys Manaw (604). Hefyd yn gweithredu yng Ngogledd Iwerddon. — MAC20478_MyConcerns_Oct26_Welsh