#DRYMESTER

HELPU DARPAR RIENI I FYND HEB ALCOHOL

FASD Y FFEITHIAU

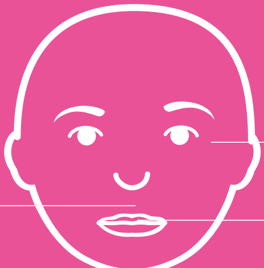
MAE FASD YN ACHOSI ANABLEDDAU GYDOL OES

Ystyr FASD yw Anhwylder Sbectrwm Alcohol y Ffetws, sef term ymbarél sy'n cael ei ddefnyddio i ddisgrifio'r amrywiaeth o anableddau gydol oes sy'n gallu digwydd o ganlyniad i yfed alcohol yn ystod beichiogrwydd.

Prif Swyddogion Meddygol y DU

Os ydych chi'n feichiog neu'n bwriadu mynd yn feichiog, y peth mwyaf diogel i'w wneud yw **peidio ag yfed alcohol o gwbl** er mwyn gwneud yn siŵr bod cyn lleied o risg â phosibl i'ch babi.

MAE'R CYFLYRAU'N CYNNWYS



GELLIR ATAL FASD

Mae FASD yn aml yn cael ei gamddiagnosio fel anhwylderau eraill fel ADHD ac Awtistiaeth. Mae gan bobl sydd â FASD lawer o gryfderau hefyd. Mae diagnosis a chymorth sydd wedi'i lywio gan wybodaeth am FASD yn helpu i greu dyfodol mwy disglair.

Am ragor o wybodaeth ewch i **www.drymester.org.uk**

@DrymesterNHSGM

@drymester_nhsgm

GIG CYMRU NHS WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg University Health Board