

Oes unrhyw grwpiau all gynnig cymorth a chynghor i fi?

- Sefydliad Prydeinig yr Ysgyfaint Cymru 01792 455764
- Bydd eich peiriannydd Baywater hyfforddedig yn gallu ateb unrhyw gwestiynau sydd gyda chi, a dangos i chi sut i ddefnyddio'r holl offer. Dylech ddweud wrth y

peiriannydd yn union lle bydd angen i chi ddefnyddio'r ocsigen. Gwybodaeth bersonol

Dylech chi ddefnyddio'ch ocsigen: _____ -

Eich cyfradd llifiant: _____

Bydd eich apwyntiad nesaf yn y clinig ar _____ gyda _____

Y dyddiad y dylai'r ocsigen gyrraedd: _____

Nifer y silindrau _____ Archebwch fwy pan fydd _____ o silindrau ar ôl gyda chi.

Mae ysmegu tra byddwch chi'n derbyn ocsigen yn beryglus

Nid yn unig mae ysmegu'n ddrwg i'ch iechyd chi a'r bobl o'ch cwmpas, ond gall hefyd fod yn beryglus ac achosi niwed.

Peidiwch â gwneud y canlynol tra byddwch chi'n derbyn ocsigen:

- Ysmegu.
- Defnyddio E-sigarét.
- Gadael i deulu neu ffrindiau ysmegu o'ch cwmpas

Os oes rhaid i chi ysmegu yna arhoswch am hanner awr ar ôl defnyddio'r ocsigen, ac ysmygwch tu allan; ddim pan fyddwch chi'n defnyddio'r ocsigen. Gallwch chi gael cymorth i stopio ysmegu yn eich meddygfa leol, yn y mwyafrif o fferyllfeydd lleol a hefyd yn

www.stopsmokingwales.com



Mae ocsigen yn ddiogel iawn i'w ddefnyddio, ond mae'n rhaid bod yn ofalus mewn rhai amgylchiadau:

- Peidiwch â defnyddio fflamau agored e.e. tanau agored, tanwyr sigarét, matsys, ffwrn nwy neu ganhwyllau, wrth ddefnyddio ocsigen.
- Peidiwch â defnyddio olew, iraid na Vaseline.
- Os oes rhaid i chi goginio, peidiwch â choginio wrth ddefnyddio ocsigen.



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Cwm Taf
University Health Board

Y Gwasanaeth Ocsigen yn y Cartref

Canllaw i Ddefnyddio Ocsigen yn y Cartref yn Ddiogel

Taflen Wybodaeth i Gleifion

Rhif y Daflen: 8166

Dyddiad Cymeradwyo: 23.12.2014

Dyddiad adolygu 23.12.2016.

Beth yw Ocsigen yn y Cartref?

Rydych chi wedi cael y daflen hon oherwydd eich bod wedi derbyn presgripsiwn ocsigen gan Ymgynghorydd Anadlu neu Nyrs Anadlu/Ocsigen sy'n teimlo bod angen cymorth i anadlu arnoch chi.Bydd

peirianwyr o Baywater Healthcare yn dod â'r offer a'i osod yn eich cartref.Am faint bydda i'n derbyn Ocsigen yn y Cartref?

Tra byddwch chi'n derbyn Ocsigen yn y Cartref, fe gewch chi eich monitro gan Ymgynghorydd neu Nyrs fydd yn eich gweld chi'n rheolaidd i asesu eich anghenion.Os nad oes angen ocsigen arnoch chi rhagor, bydd trefniadau'n cael eu gwneud i gymryd eich offer Ocsigen yn y Cartref i ffwrdd.

Sut ddylwn i ofalu am fy offer Ocsigen yn y Cartref?

Bydd yr offer yn cael ei wasanaethu gan Baywater Healthcare, a dylech chi gysylltu â nhw os nad yw'r offer yn gweithio, neu os bydd y larwm arno yn canu. Byddwch chi'n derbyn pecyn gwybodaeth gyda'u manylion cyswllt.Os oes gyda chi broblemau sydd heb eu datrys, cysylltwch â'r gwasanaeth Ocsigen yn y Cartref.

Beth sydd nesaf?

Bydd yr Ymgynghorydd neu'r Nyrs yn archebu'r ocsigen, ac yn dweud wrthoch chi ar ba ddyddiad bydd yn cyrraedd. Gwnewch yn siŵr eich bod chi gartre bryd hynny.

Dywedwch wrth y peiriannydd ble yn y tŷ y bydd angen i chi ddefnyddio'r ocsigen. Bydd yn gwneud asesiad risg i wneud yn siŵr nad oes peryglon posibl.Dylech chi allu dilyn eich trefn arferol heb unrhyw gyfyngiadau o bwys.

Cadwch lygad ar faint o silindrau, tiwbiau, a masgiau sydd ar ôl gyda chi, ac os oes angen mwy arnoch chi, archebwch nhw mewn da bryd. Baywater sy'n gyfrifol am osod yr offer, gan gynnwys y silindrau.Os oes silindr symudol gyda chi, dim ond tra byddwch chi i ffwrdd o'r tŷ y dylech chi ei ddefnyddio, oni bai eich bod chi wedi cael eich cynghori yn wahanol.

Ydw i'n gallu coginio a bwyta wrth ddefnyddio ocsigen?

Gallwch chi barhau â'ch gweithgareddau arferol, cyhyd â'ch bod yn defnyddio synnwyr cyffredin. Peidiwch â choginio nac ysmegu wrth ddefnyddio ocsigen, a byddwch yn ofalus nad yw'r tiwbiau ocsigen yn dod i gysylltiad ag unrhyw ffynhonnell o wres allai eu toddi. Gall defnyddio ocsigen wrth fwyta helpu cleifion sy'n mynd yn fyr eu hanadl yn ystod bwyd ac ar ôl bwyd.

Alla i ddefnyddio dyfeisiau trydan wrth ddefnyddio ocsigen?

Dylech chi gadw unrhyw ddyfeisiau a allai fynd yn dwym neu greu gwreichion (gan gynnwys E-sigaréts) o leiaf 5 troedfedd i ffwrdd o'r system ocsigen.

Oes rhaid i fi ddefnyddio ocsigen drwy'r amser?

Bydd eich Ymgynghorydd neu'ch Nyrs yn eich cynghori chi am y nifer o oriau ddylech chi fod yn defnyddio ocsigen yn ddyddiol, yn ogystal â'r gyfradd llifiant sydd wedi ei phresgripsiynu i chi.

Oes yna beryglon i ddefnyddio ocsigen?

Dydy ocsigen ddim yn fflamadwy ei hun, ond bydd presenoldeb ocsigen yn gwneud i unrhyw beth sydd ar dân losgi'n fwy ffyrnig. Peidiwch â defnyddio ocsigen ar bwys fflam agored, sigarét sydd wedi ei danio, nac offer trydanol allai achosi gwreichion.

Peidiwch â defnyddio olew, iraid na Vaseline gydag offer ocsigen, nac ar ei bwys.

Os bydd rhew yn ffurfio ar eich system ocsigen hylifol, yna peidiwch â gadael iddo gyffwrdd eich croen.

Bydd eich cyflenwr ocsigen yn esbonio'r ffordd gywir o ddefnyddio'r offer i chi, ynghyd â'r camau diogelwch.

Dylech chi ddefnyddio'r offer gan ddilyn union gyfarwyddiadau eich gweithwyr iechyd proffesiynol bob tro, a ddylech chi ddim newid y gyfradd llifiant heb eu cymeradwyaeth nhw.

Os nad yw'ch ocsigen yn cyrraedd ar amser, neu os cewch chi unrhyw

broblemau, yna cysylltwch â'r arbenigwr i drafod hyn.Y Gwasanaeth Ocsigen yn y Cartref

Os hoffech chi wybodaeth bellach neu gyngor am ocsigen yn y cartref, yna

cysylltwch â'ch Gwasanaeth Ocsigen yn y Cartref lleol.Dydd Llun i Ddydd Gwener 8.30am - 4.30pm

Ysbyty Cwm Rhondda:- 01443 430022
estyniad 2891

Llinell Gyswllt Gofal yn y Cartref Baywater 0800 373580