HOLIADUR COFRESTRU / IECHYD CLEIFION NEWYDD

(Sylwer y bydd yr holl wybodaeth a ddarperir yn cael ei chofnodi yn eich cofnodion meddygol cyfrinachol)

(Set ddata demograffeg)

Cyfenw: ………………………………………Enw(au) cyntaf: ……………………………………

Rhif GIG (os ydych chi’n ei wybod): ................................................................………………..

Dyddiad geni: ………………………… Statws priodasol: ...……………………………………..

Cyfeiriad: ..……………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………….…………Cod post: .....…………..….

Rhif ffôn cartref: ………………………………………………………………………………………

Rhif ffôn symudol (os ydych yn 16 oed neu’n hŷn): ………………………………………………

Ethnigrwydd: ..…………………………………………………………………………………………

Rhywedd: …………………………………… ……………………………………………………….

Nodwch eich dewis iaith: Cymraeg / Saesneg (*dilëwch un)*

Ydych chi’n cydsynio i’r practis gysylltu â chi drwy neges destun er mwyn eich atgoffa am apwyntiad, eich gwahodd i archwiliad iechyd, eich atgoffa am frechiad, rhoi gwybod ichi fod eich presgripsiwn neu eich nodyn salwch yn barod i’w gasglu, ac unrhyw beth arall sy’n berthnasol i’ch gofal iechyd?

**\*Ydw / Nac ydw (dilëwch un)**

Mae gennym ddull electronig o gysylltu y mae cleifion yn gallu ei ddefnyddio i gysylltu â’r feddygfa os oes ganddynt ymholiadau nad ydynt yn frys. Ydych chi’n cydsynio i ni gysylltu â chi drwy’r dull hwn, a rhoi cyfeiriad e-bost yr hoffech chi inni ei ddefnyddio at y diben hwn?

**\*Ydw / Nac ydw (dilëwch un)**

Cyfeiriad e-bost: …………………………………………………………………………………………

(Set ddata ffordd o fyw)

**Ysmygu**

Ydych chi’n ysmygu? *Ydw* / *Nac ydw*

Os ydych chi, sawl: sigarét y diwrnod? …….. owns o dybaco y diwrnod? ……..

**Alcohol**

Atebwch y cwestiynau canlynol y gorau ag y gallwch chi, hyd eithaf eich gwybodaeth. Isod, mae canllaw syml ar faint o alcohol mae diodydd gwahanol yn ei gynnwys er mwyn eich helpu i roi ateb:

*Mae potel o win 750ml yn cynnwys 10 uned*

*Mae gwydraid safonol (175ml) o win yn cynnwys 2 uned*

*Mae un joch bach o wirodydd (25ml) yn cynnwys 1 uned*

*Mae potel safonol (70cl) o wirodydd yn cynnwys 28 uned*

*Mae peint o lager / cwrw / seidr â chryfder o 3.6% yn cynnwys 2 uned*

*Mae peint o lager / cwrw / seidr â chryfder o 5.2% yn cynnwys 3 uned*

Dilynwch y ddolen isod i gael rhagor o wybodaeth, gan gynnwys canllaw ar gyfrifo faint o alcohol rydych chi’n ei yfed – Unedau alcohol – GIG (www.nhs.uk)

Neu fe allwch ddefnyddio cyfrifydd Alcohol Change – [Cyfrifydd unedau | Alcohol Change UK](https://alcoholchange.org.uk/alcohol-facts/interactive-tools/unit-calculator)

**Sawl uned o alcohol ydych chi’n eu hyfed bob wythnos? ………………………………**

**Taldra a phwysau**

Nodwch eich mesuriadau diweddaraf ar gyfer y canlynol (os ydych chi’n eu gwybod)

**Taldra: ………………………..**

**Pwysau: ……………………….**

*Sylwer: Mae’n bosib y gwnawn ni gysylltu â chi i gynnig cymorth neu gyngor, os yw’n briodol, ar sail eich atebion.*

(Set ddata meddygol)

***Sylwer: Gall yr wybodaeth ganlynol rydych chi’n ei rhoi inni ein helpu i ddarparu gofal da ichi wrth inni aros am eich cofnodion meddygol blaenorol.***

**Hanes teuluol**

Oes hanes o unrhyw un neu ragor o’r canlynol yn eich teulu (*tad, mam, brawd neu chwaer*) cyn 65 oed?

Clefyd y galon? *Oes* / *Nac oes* Pa aelod o’r teulu? ………………………….

Strôc? *Oes* / *Nac oes* Pa aelod o’r teulu? ………………………….

Canser? *Oes* / *Nac oes* Pa aelod o’r teulu? ………………………….

Ble mae’r canser? .………………………………………………………………………………….

**Meddyginiaeth**

Nodwch fanylion unrhyw feddyginiaeth rydych chi’n ei chymryd (ar bresgripsiwn neu beidio):

|  |  |
| --- | --- |
| **Enw’r cyffur** | **Dos** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

Amgaewch eich slip meddyginiaeth reolaidd ddiweddaraf, neu anfonwch ef ymlaen atom, os oes gennych chi un.

**Alergeddau**

Oes gennych chi unrhyw alergeddau? *Oes* /*Nac oes*

Os *Oes*, rhowch fanylion:

……………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………

**Hanes meddygol**

Rhowch fanylion unrhyw driniaethau / cyflyrau meddygol:

……………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………

(Set ddata anghenion / gofynion ychwanegol)

**Gofalwyr**

Oes arnoch chi angen / oes gennych chi rywun sy’n gofalu amdanoch chi neu’n gofalu am eich anghenion dyddiol, fel gofalwr? *Oes* / *Nac oes*

Os *Oes*, ydych chi eisiau iddyn nhw ddelio â’ch materion iechyd yma? *Ydw* / *Nac ydw*

*(Gall aelod o staff y dderbynfa helpu i drefnu hyn)*

Ydych chi’n gofalu am unrhyw un arall? *Ydw* / *Nac ydw*

*(Os ydych, gofynnwch i aelod o staff y dderbynfa ynglŷn â chymorth i ofalwyr)*

**Cyn-filwr**

Ydych chi wedi gwasanaethu yn y lluoedd arfog erioed? Ydw/Nac ydw

**Cyfathrebu**

Oes gennych chi unrhyw anghenion o ran cyfathrebu / gwybodaeth yn ymwneud â cholli synhwyrau? Os oes, beth ydyn nhw a sut hoffech chi inni gyfathrebu â chi?

**……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………**

***Diolch am gwblhau’r holiadur.***