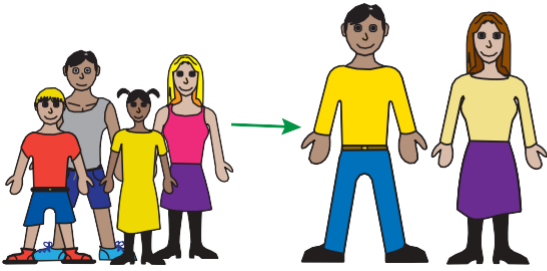




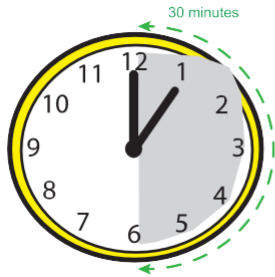
Gofalwch  
am eich  
iechyd

Gogledd Cymru

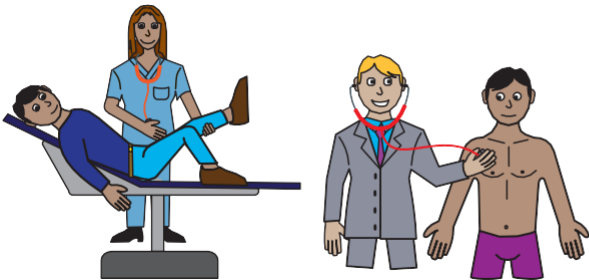
# Oeddech chi'n gwybod?



- Mae gan bob unigolyn sydd ag Anabledd Dysgu ac yn 18 oed neu'n hŷn hawl i Wiriad Iechyd Blynyddol.



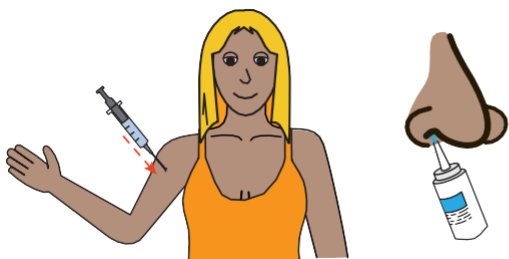
- Dylai Gwiriad Iechyd Blynyddol gymryd o leiaf 30 munud.



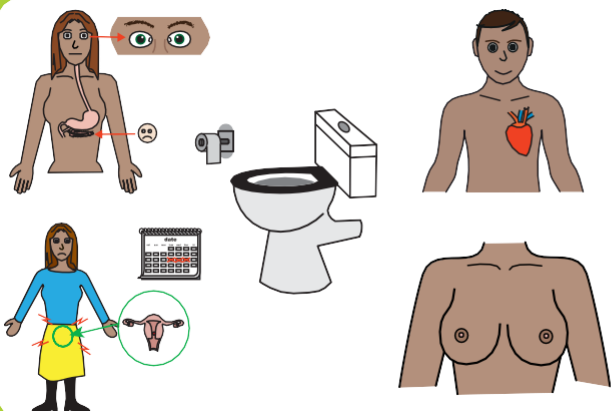
- Dylai'r Gwiriad Iechyd blynyddol gynnwys archwiliad corfforol.



- Dylai'r Doctor ofyn am bopeth ar y rhestr wirio 'Gofalwch am eich Iechyd'



- O fis Hydref bob blwyddyn, dylai dinasyddion gael cynnig Brechlyn Ffliw yn rhad ac am ddim.



- Dylai'r Doctor drafod neu gynnig Sgriniad Iechyd Cenedlaethol priodol. Gellir dod o hyd i ragor o wybodaeth ar y rhestr wirio Gofalwch am eich Iechyd'.

Gynllun Gweithredu Iechyd			
Health Issue Review Date	Action Needed	Date of health check:	Who will do it

- Dylai'r Doctor ddarparu Cynllun Gweithredu Iechyd ar ddiwedd y Gwiriad Iechyd a fydd yn nodi naill ai :
- Fod yr unigolyn yn ffit ac yn iach ac y dylent ddychwelyd mewn blwyddyn am Wiriad Iechyd Blynyddol.
- Bod problemau Iechyd wedi'u nodi ac y bydd yn rhaid i'r unigolyn dderbyn cefnogaeth.

Os ydych chi wedi cael unrhyw drafferthion â'r Gwiriad Iechyd Blynyddol, cysylltwch â

