

GWNEUD YN FAWR O'CH TÎM FFERYLLOL YN YSTOD COVID-19 CANLLAW I OFALWYR DI-DÂL

Rydyn ni'n gwybod pa mor anodd ydy'r pandemig i bobl sy'n gofalu am eu teulu a'u ffrindiau. Yn ystod yr amser yma, rydyn ni'n gofyn ichi gadw at y canllawiau a ganlyn i helpu timau fferyllol i'ch cefnogi chi.



Peidiwch â mynd i'ch fferyllfa os oes gennych chi neu rywun rydych chi'n byw gyda nhw symptomau Covid-19, fel twymyn neu beswch.



Os yn bosibl, archebwch eich presgripsiwn o leiaf saith diwrnod cyn y bydd ei angen arnoch chi. Gall hyn amrywio'n lleol – gofynnwch i'ch fferyllfa.



Peidiwch ag archebu mwy o feddyginiaeth nag sydd ei hangen arnoch chi. Mae pentyrru meddyginiaeth yn gallu bod yn beryglus a golygu na fydd yna ddigon ar gyfer pobl eraill.



Os ydy'ch meddyg, optegydd neu ddeintydd yn rhoi presgripsiwn 'ar y diwrnod' ichi (neu i'r bobl rydych chi'n gofalu amdanyn nhw), gwiriwch yr oriau dosbarthu cyn mynd i'r fferyllfa. Mae rhai fferyllfeydd wedi newid yr oriau y maen nhw ar agor i'r cyhoedd, dros dro.



Os nad ydych chi'n gallu casglu presgripsiwn ar eich rhan eich hun, gofynnwch i'ch teulu, ffrindiau neu grŵp gweithredu lleol helpu. Cynlluniwch ymlaen llaw hefyd, rhag ofn y byddwch chi'n dod yn sâl ac yn methu â chasglu meddyginiaeth.

Yn parhau drosodd...



Os nad ydych chi'n gallu cael help i gasglu'ch presgripsiwn, gofynnwch i'ch fferyllfa am gymorth. Mae'n bosibl y byddan nhw'n awgrymu grŵp gwirfoddol lleol sy'n gallu helpu neu, mewn rhai achosion, drefnu i'w ddanfon.



Os nad ydych chi na'r bobl rydych chi'n gofalu amdany'n nhw'n sâl, fe allech chi gynnig casglu presgripsiynau ar ran ffrindiau a theulu.



Os ydych chi'n casglu presgripsiwn ar ran rhywun arall, bydd gofyn ichi roi eu henw a'u cyfeiriad. Mae'n bosibl y bydd gofyn ichi hefyd roi eu dyddiad geni a/neu lofnodi'r presgripsiwn. I gasglu rhai meddyginiaethau, bydd angen ichi ddangos ID.



Pan fyddwch chi'n mynd i'r fferyllfa, dilynwch gyfarwyddiadau'r staff a pharchu'r rheol cadw pellter o ddau fetr, y tu mewn a hefyd wrth giwio y tu allan.



Yn ddelfrydol, ni ddylai'r person rydych chi'n gofalu amdano/ amdani ddod i'r fferyllfa gyda chi. Ond, os nad oes gennych chi rywun sy'n gallu mynd yno ar eich rhan, ac os oes yn rhaid i'r person ddod gyda chi, rhowch wybod i staff y fferyllfa nad ydych chi'n gallu mynd i mewn i'r fferyllfa hebddo/hebdi, a dilyn y rheolau yn y fferyllfa mor agos â phosibl i helpu i gadw pawb yn ddiogel.



CYSYLLTU Â NI

YMDDIRIEDOLAETH GOFALWYR CYMRU
CARERS.ORG/CYMRU/COVID19
@CARERSTRUSTWAL

GOFALWYR CYMRU
CARERSUK.ORG/WALES
@CARERSWALES