Hawdd ei Ddeall

Am fy Iechyd Ar-lein – gwasanaeth ar-lein gan eich Practis Cyffredinol

Dyma fersiwn hawdd ei ddeall o daflen GIG Cymru 'Fy Iechyd Ar-lein'.

Ionawr 2019

Cyflwyniad

Mae'r daflen yma am wasanaeth GIG Cymru o'r enw **Fy Iechyd Ar-lein**.

Mae Fy Iechyd Ar-lein yn eich helpu chi i ddefnyddio'r gwasanaethau gan eich Practis Cyffredinol neu eich Meddyg Teulu.

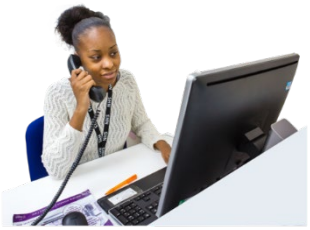
Mae Fy Iechyd Ar-lein yn eich helpu i:

- gwneud apwyntiadau a chanslo apwyntiadau
- archebu presgriptiwn
- gweld os ydy eich gwybodaeth feddygol yn gywir.

Sut ydych chi'n gallu defnyddio Fy Iechyd Ar-lein?

Mae Fy Iechyd Ar-lein am ddim i'w ddefnyddio. Mae'n ffordd arall o gysylltu gyda meddygfa eich meddyg teulu.

Gallwch ffonio meddygfa eich meddyg teulu neu fynd at eich meddyg teulu fel rydych yn ei wneud nawr.

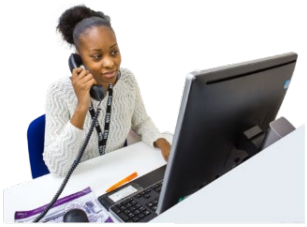


Gallwch ddefnyddio gwahanol wasanaethau ar-lein gan feddygfa eich meddyg teulu.

Gallwch ddefnyddio ffôn ddeallus, tabled neu gyfrifiadur i ddefnyddio'r gwasanaeth yma.

Gallwch ddefnyddio Fy Iechyd Ar-lein ar unrhyw amser o'r dydd neu'r nos. Ac ar unrhyw ddiwrnod o'r wythnos.

Sut ydych chi'n ymuno gyda Fy Iechyd Ar-lein?



Rhaid i chi ofyn i feddygfa eich meddyg teulu os ydyn nhw'n cynnig y gwasanaeth ar-lein yma.

Gallwch ymuno gyda Fy Iechyd Ar-lein ym meddygfa eich meddyg teulu.

I ymuno fe fyddwch angen:

- ffotograff adnabod neu ID. Er enghraifft pasbort neu ffotograff ar drwydded gyrru.
- Prawf o'ch cyfeiriad. Er enghraifft, llythyr oddi wrth eich banc neu fil trydan.

Ond os nad oes gennych ffotograff adnabod, mae angen i chi sarad gyda meddygfa eich meddyg teulu.

Sut rydych chi'n gallu bod yn ddiogel ar-lein?

Rhaid i chi ddefnyddio cyfrinair cryf sydd ddim yn hawdd i unrhyw un ddyfalu beth ydy e.

Rhaid i chi gadw eich mewngofnodi a'ch cyfrinair yn breifat. Rhaid i chi **beidio** â dweud wrth neb beth ydy eich cyfrinair.

Os ydych eisiau i'ch teulu neu ofalwyr edrych ar eich cofnodion iechyd gan y meddyg teulu rhaid i chi ofyn i feddygfa eich meddyg teulu.

Ar ôl defnyddio Fy Iechyd Ar-lein, rhaid i chi allgofnodi bob amser.

Mae rhagor o wybodaeth am Fy Iechyd Ar-lein ar gael ar ein gwefan www.myhealthonline.wales.nhs.uk

Pryd ydych i ddim i fod i ddefnyddio Fy lechyd Ar-lein?

Os ydy e'n argyfwng dydych chi **ddim** i fod i ddefnyddio Fy lechyd Ar-lein.

Os oes yna argyfwng difrifol, rhaid i chi ffonio 999.

Os ydy e'n argyfwng llai difrifol rhaid i chi ffonio meddygfa eich meddyg teulu.

Hawdd ei Ddeall Cymru
Easy Read Wales

Mae'r daflen yma wedi cael ei gwneud yn hawdd ei deall gan Hawdd ei Ddeall Cymru gan ddefnyddio Photosymbols.