Cymraeg
Welsh

Sut y gallwn ni eich helpu

Bowel Cancer UK
Beating bowel cancer together
Curo canser y coluddion gyda'n gilydd

Gwybodaeth

O ddiagnosis a thriniaeth i fyw gyda a thu hwnt i ganser y coluddyn, rydym yn cynnig gwybodaeth a chymorth arbenigol i bawb y mae'r clefyd yn effeithio arnyn nhw.

Gwefan

Ewch i'n gwefan i gael gwybodaeth am ganser y coluddyn, gan gynnwys symptomau, ffactorau risg, sgrinio, diagnosis, triniaeth a byw gyda'r clefyd a thu hwnt iddo, ac i ddarllen straeon bywyd go iawn am bobl y mae canser y coluddyn yn effeithio arnyn nhw.
Ymwelwch â **bowelcanceruk.org.uk**

Llyfrynnau a thaflenni ffeithiau

Mae ein llyfrynnau a'n taflenni ffeithiau dibynadwy - wedi'u hysgrifennu ar y cyd ag arbenigwyr a phobl y mae canser y coluddyn yn effeithio arnyn nhw - yn ymdrin â phynciau fel lleihau eich risg a bywyd ar ôl triniaeth er mwyn cynorthwyo pawb y mae'r clefyd yn effeithio arnyn nhw. Archebwch neu lawrlwythwch ein hadnoddau am ddim yn **bowelcanceruk.org.uk/our-publications**

Gofynnwch i'r nyrs

Mae ein nyrsys arbenigol ar gael i ateb unrhyw gwestiynau sydd gennych am ganser y coluddyn. Rydym yn cynnig gwybodaeth a chymorth am ddim, gan eich helpu i'ch tywys tuag at y camau nesaf.
Cysylltwch â ni yn **nurse@bowelcanceruk.org.uk**

> "Roedd y taflenni a'r canllawiau yn amhrisiadwy. Maen nhw wedi'u trefnu'n dda, sy'n golygu y gallwch ganolbwyntio ar bob cam heb deimlo bod y wybodaeth yn eich llethu."

Cymorth

Gall cael rhwydwaith cymorth helpu pobl i ymdopi'n well â diagnosis a thriniaeth canser y coluddyn, a bywyd y tu hwnt i'r clefyd. Gall cysylltu â phobl sydd wedi profi canser y coluddyn gynnig cysur, cyngor ymarferol, ac ymdeimlad o berthyn i gymuned.

Cymunedau ar-lein

Mae ein fforwm a'n grwpiau Facebook yn fannau croesawgar ble gall unrhyw un y mae canser y coluddyn yn effeithio arnyn nhw gael cymorth a chefnogaeth. Mae ein cymunedau ar gael i chi ar unrhyw adeg i ofyn cwestiynau, darllen profiadau pobl eraill, a chynorthwyo'r naill a'r llall. Ymunwch â ni yn **bowelcanceruk.org.uk/online-communities**

Grwpiau cymorth lleol

Mae grwpiau cymorth lleol yn ffordd wych o gwrdd ag eraill, rhannu eich profiadau a chael cymorth wyneb yn wyneb yn eich ardal. Mae gennym rwydwaith o grwpiau sy'n bartneriaid i ni ledled y DU. Chwiliwch am grŵp yn eich ardal chi yn **bowelcanceruk.org.uk/local-support-groups**

Llinell Gymorth gan Gymheiriaid

Gall ein Llinell Cymorth gan Gymheiriaid eich cysylltu â rhywun sy'n deall sut brofiad yw bod â chanser y coluddyn. Bydd ein gwirfoddolwyr hyfforddedig yn gwrando arnoch chi ac yn eich cynorthwyo, a gallan nhw rannu eu profiad o ganser y coluddyn â chi. Ffoniwch ni ar **020 7940 1770**

Sylwer, dim ond yn Saesneg y darperir ein gwasanaethau. Mae gennym amrywiaeth o gyhoeddiadau sydd ar gael yn Gymraeg. Ewch i **bowelcanceruk.org.uk/our-publications** i gael ragor o wybodaeth.

> "Mae aelodau'r fforwm yn bobl hyfryd a charedig, a dyma'r unig le ar-lein sydd wedi lleddfu fy ofnau ac wedi cynnig gobaith i mi yn hytrach na gwneud i mi boeni hyd yn oed yn fwy."

Bowel Cancer UK yw prif elusen canser y coluddyn yn y DU. Rydyn ni'n benderfynol o achub bywydau a gwella ansawdd bywyd pawb sydd wedi eu heffeithio gan y clefyd.

Rydym yn cefnogi ac yn ariannu ymchwil wedi'i dargedu, yn darparu gwybodaeth a chefnogaeth arbenigol i gleifion a'u teuluoedd, yn addysgu'r cyhoedd a gweithwyr proffesiynol am ganser y coluddyn ac yn ymgyrchu am ddiagnosis cynnar a mynediad i'r driniaeth a'r gofal gorau.

I gyfrannu neu i ddysgu rhagor ewch i bowelcanceruk.org.uk

/bowelcanceruk

@bowelcanceruk

@bowelcanceruk

/bowelcanceruk

Bowel Cancer UK
Beating bowel cancer together
Curo canser y coluddion gyda'n gilydd

Sganiwch yma i ddarllen rhagor am sut y gallwn eich helpu chi.

bowelcanceruk.org.uk/support

Rhif Elusen Gofrestredig 1071038 (Cymru a Lloegr) ac SC040914 (Yr Alban)
Cyhoeddwyd ym mis Chwefror 2025.