



Clefydau interstitaidd galwedigaethol yr ysgyfaint

Mae niwmoconiosis yn derm am grŵp o glefydau'r ysgyfaint sy'n cael eu hachosi drwy anadlu llwch penodol yn eich gweithle. Maent yn mynd yn sownd yn eich ysgyfaint ac yn achosi creithio.

Y math mwyaf cyffredin yw niwmoconiosis y glöwr, a achosir drwy anadlu llwch glo. Math arall yw silicosis, a achosir drwy anadlu llwch silica ac asbestosis, a achosir drwy anadlu asbestos.

Yn aml, bydd cyfnod hir (ugain mlynedd neu fwy) rhwng anadlu'r llwch a dangos symptomau, felly mae achosion newydd yn aml yn arwydd o amodau gweithio yn y gorffennol. Fyddwch chi wedi ymdeol cyn i chi gael diagnosis.

Symptomau

Dyma rai symptomau:

- diffyg anadl
- peswch di-baid
- blinder
- trafferth anadlu
- poen yn y frest
- pesychu fflem du (niwmoconiosis y glöwr yn unig)

Triniaeth

Y brif driniaeth yw osgoi'r llwch neu'r mwg sy'n achosi'r cyflwr. Nid oes unrhyw driniaethau cyffur arbennig. Gall therapi ocsigen a rhaglen adsefydlu i gleifion yr ysgyfaint helpu efo'ch symptomau.

Os ydych chi wedi anadlu sylweddau penodol yn ystod eich amser yn gweithio, efallai bod gennych hawl i iawndal neu fudd-dal. Ffoniwch ein llinell gymorth am fwy o wybodaeth.

Gwybodaeth bellach

Mae niwmoconiosis yn fath o ffibrosis yr ysgyfaint. Gallwch chi ddarganfod mwy o wybodaeth am ffibrosis yr ysgyfaint yn y lawrlwythiadau canlynol:

- *Ffibrosis yr ysgyfaint – Beth yw hi a sut mae'n effeithio ar eich anadlu*
- *Ffibrosis yr ysgyfaint - Gwneud diagnosis a phroffion*
- *Ffibrosis yr ysgyfaint – triniaeth a chefnogaeth*

Cysylltwch â ni er mwyn darganfod cymorth yn agos i chi.

Llinell gymorth: 03000 030 555

Dydd Llun i ddydd Gwener, 9yb-5yh

Ni fydd galw ein llinell gymorth fyth yn costio mwy na galwad lleol ac mae'r galwad fel arfer yn rhad ac am ddim, hyd yn oed ar ffôn symudol.

helpline@blf.org.uk

blf.org.uk

British Lung Foundation
73-75 Goswell Road
London EC1V 7ER

Elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (326730), yr Alban (038415) ac Ynys Manaw (1177)

Cod: BK9

Fersiwn: 3

Adolygiad diwethaf: Medi 2016

Adolygiad nesaf: Medi 2019

Rydym ni'n gwerthfawrogi adborth ar ein gwybodaeth. Er mwyn mynegi eich barn, ac am y fersiwn diweddaraf o'r wybodaeth hon a chyfeirnodau, galwch y llinell gymorth neu ymwelwch â **blf.org.uk**

