

Diawl Dan Draed a Dolur Dŵr

PETHAU PIGOG MOROL - Prosiect Delyth Jones a Dewi Thomas pan ar brofiad gwaith gyda Nerys Lloyd Mullally, Cyngorwr Addysg Cyngor Cefn Gwlad Cymru yn 2002.

Syniad y rhan fwyaf o bobl o wyliau haf perffaith ydy ymweld â'r traeth, gyda thywod aur, môr tawel a haul cynnes, braf. Lle peryglus? Wel, na, meddech chi, dim ond ymddwyn yn gall a chadw at reolau amlwg fel peidio â dringo clogwyni neu nofio'n rhy bell.

Llun trwy garedigrwydd Comisiwn Brenhinol Henebion Cymru



Bae y Tri Chlogwyn (Three Cliffs Bay) ar Benrhyn Gŵyr, lle hardd, poblogaidd sydd yn denu miloedd o ymwelwyr bob haf ac felly'n bwysig iawn i'r economi lleol.

Ie'n wir – man delfrydol i fynd i fwynhau – lle diogel dros ben.

Hm ... ydych chi'n siŵr? **Diogel** ddywedoch chi?

Darllenwch ymlaen ... a byddwch yn barod i ailfeddwl!

DIAWL DAN DRAED

[Saesneg: Lesser Weaver fish Lladin: Trachinus vipera]



Mae'r *diawl dan draed* (môr-wiber fach / pysgodyn bwyell) yn fach - tua 18 cm o hyd ac mae'n wenwynig. Gellir dod o hyd i'r pysgodyn yn ystod misoedd yr haf ar hyd arfordir Prydain.

Derbyniodd yr NPIS (canolfan Caerdydd) un ar ddeg o alwadau ffôn yn ystod Mehefin, Awst a Medi 2000. Mae gwenwyn diawl dan draed yn dod o chwarennau wedi eu lleoli ar waelod pigynnau dorsal a genau tagellau. Mae'r rhan fwyaf o bobl yn cael eu pigo trwy sefyll yn ddamweiniol ar y pysgodyn sydd yn cuddio mewn twll dan wyneb y tywod mewn dŵr bas.

Symptomau

Bydd y boen yn taro ar unwaith, yn llosgi a churo heb baid gan symud i fyny'r aelod o'r corff sydd wedi ei effeithio. Mae'r boen mor ddifrifol nes y gall achosi i'r person lewygu. Mae lleoliad y pigiad yn colli ei liw ar y dechrau ac yna yn cochi. Gall y chwydd fod yn estyn yn eang a pharhau am ddeuddydd (48 awr), hwyrach gyda chur pen, crynu, teimlo yn chwil, chwysu, diffyg anadl, taflu i fyny a chrychguriad y galon.

Triniaeth

Mae gwenwyn diawl dan draed yn cael ei ddinistrio gan wres, felly rhowch y rhan o'r corff sydd wedi ei bigo mewn dŵr mor boeth ag y gallwch ei ddioddef am chwarter awr. PEIDIWCH â rhoi pethau oer ar y pigiad.

CHWISGEN FÔR

[Saesneg: Portuguese man-of-war Lladin: Physalia physalis]



Y Chwisgen Fôr. Dim ond un math o sglefren/slefren fôr ym Mhrydain sydd yn medru rhoi colyn gwenwynig, sef y chwisgen fôr. Lliw glas gydag ochrau pinc sydd i'r chwisgen

fôr - hawdd yw ei adnabod felly.

Ers 1997 mae'r NPIS (canolfan Caerdydd) wedi derbyn tair ar ddeg o alwadau ffôn yn ymwneud â brathiad gan chwisgen fôr.

Symptomau

Mae brathiad gan y chwisgen fôr yn medru achosi poen yn y cyhyrau, poen bol, cyfogi a thrafferth anadlu. Mae rhai unigolion wedi marw hyd yn oed ond mae hyn yn anarferol iawn.

Triniaeth

Dylid tynnu'r teimlydd a achosodd y colyn i ffwrdd gan ddefnyddio tâp ar eich dwylo gan bod y teimlydd yn dal yn medru achosi brathiad oriau ar ôl cael ei dynnu o'r dŵr.

Mae'n bwysig bod y dolur yn cael ei olchi gan ddefnyddio dŵr môr naturiol ac nid dŵr ffres.

Dylid rhoi finegr ar y rhan o'r corff sydd wedi dioddef am o leiaf 30 munud. Gallai anaestetig leihau'r boen hefyd.

Am fwy o wybodaeth cysylltwch â chanolfan Caerdydd ar 08706006266.

PERYGLON PELLACH

Mae'n amlwg felly bod gwirionedd yn yr hen ddihareb "Nid aur yw popeth melyn" – yn sicr wrth feddwl am dywod melyn a thonnau bach diniwed y môr ganol haf. **Cofiwch, does dim angen ofni mynd i'r traeth; ewch a mwynhewch, da chi.** Mae'r rhan fwyaf o bobl yn treulio oes gyfan heb ddod ar draws un o'r creaduriaid annymunol hyn, ond mae'n well gwybod amdanynt rhag ofn mai chi fydd yr un anffodus, druan.

Ai dyma unig beryglon posibl glan y môr?

1. Edrychwch eto ar y llun o Fae'r Tri Chlogwyn. Heb hel bwganod yn ddireswm (na, does fawr o siawns y bydd morfil yn dod i'ch llyncu fel Jona!) ceisiwch nodi ambell beth y byddai'n dda bod yn ofalus ohono.
2. Os byddwch chi'n mynd i'r traeth eleni gyda'r teulu, neu'r Ysgol Sul, neu'r ysgol, neu efallai o Wersyll yr Urdd yn Llangrannog, edrychwch o'ch cwmpas a nodwch unrhyw beth sy'n eich taro fel problem.

Rhestrwch y pwyntiau a thrafodwch sut orau i osgoi helynt – **a chofiwch gael amser da yn ystod y gwyliau.**