Cerdyn myfyriwr

Rhoddion gwaed yn caniatáu i fyfyrwraig fyw ei bywyd

Cafodd Awele Nwosu-Akeh, 17 oed, ei diagnosio gydag anaemia crymangell pan oedd yn 10. Mae wedi bod yn yr ysbyty lawer gwaith ond mae'n benderfynol o beidio â gadael i'w hafiechyd effeithio ar ei bywyd, er gwaethaf yr heriau y mae hyn yn ei gyflwyno.

"Roedd bod yn ferch ifanc yn fy harddegau gyda chrymangell yn gallu bod yn anodd. Sefais fy arholiadau TGAU yn yr ysbyty ond ni allwn ysgrifennu fy hunan felly ysgrifennodd rhywun arall drosof. Roedd yn anodd ond mae'n dda gen i 'mod i wedi sefyll yr arholiadau gan i mi ennill y graddau oedd eu hangen arnaf i astudio ar gyfer BTEC yn y Cyfryngau yn y coleg."

Mae Awele'n gobeithio mynd i'r brifysgol ar ôl gorffen ei chwrs yn y coleg. Gan ei bod yn derbyn trallwysiadau gwaed yn rheolaidd, ac y gallai fod angen treulio mwy o amser yn yr ysbyty arni pe bai'n mynd yn sâl, mae ei thiwtoriaid wedi rhoi amser ychwanegol iddi i orffen y cwrs os bydd ei angen.

> "Rwy'n cael trallwysiad gwaed bob pedair wythnos er mwyn cadw fy lefelau haemoglobin yn iach. Rwyf yn ddiolchgar iawn i'r holl bobl sy'n rhoi eu hamser i roi'r gwaed sydd ei angen arnaf i bara'n fyw."

Gallwch ddarllen mwy o storïau gwir ar:
www.giveandletlive.co.uk

NHS
Gwaed a Thrawsblaniadau

Ffeil ffeithiau

1. Mae ein cyrff yn cael yr ocsigen sydd ei angen arnynt drwy'r celloedd gwaed coch. Mae'r celloedd hyn yn cynnwys haemoglobin, moleciwl sydd â'r siâp perffaith ar gyfer casglu a rhyddhau ocsigen yn hawdd.

2. Mae haemoglobin di-siâp yn creu celloedd gwaed coch ar ffurf 'cryman' ac ni all y rhain symud yn rhwydd drwy bibellau gwaed culion y corff – gall hyn achosi poen ofnadwy i bobl sydd ag anaemia crymangell – neu beri iddynt ddioddef o 'creisis'.

3. Mae rhai pobl yn cael sawl creisis crymangell bob yn ail a thrydedd flwyddyn yn unig, tra bod eraill yn cael sawl un mewn blwyddyn. Gall creisis achosi niwed parhaol i'r arennau, ysgyfaint, esgyrn, llygaid a'r system nerfol ganolog.

4. Yn aml, mae gan bobl sydd ag anaemia crymangell un o'r grwpiau gwaed mwyaf prin.

5. Pobl o dras Affricanaidd ac Affricanaidd-Caribïaidd yw'r rhai sydd fwyaf tebygol o gael anaemia crymangell.

Trafodaethau byw

Dewiswch un neu fwy o'r datganiadau canlynol i'w trafod fel grŵp. Ysgrifennwch y ddadl dros ac yn erbyn y datganiadau a phenderfynwch ar ba ochr yr ydych chi. A yw pob aelod o'ch grŵp yn cytuno?

- "Rwyf yn deall pam mae'n bwysig rhoi gwaed, ond mae arna' i ofn nodwyddau."
- "Mae rhoi gwaed yn rheolaidd yn swnio'n syniad da, ond fyddwn i ddim yn ei wneud rhag ofn i mi ddal rhywbeth."
- "Fyddan nhw ddim am gael fy ngwaed i gan fy mod yn yfed ac yn ysmygu."
- "Nid oes angen fy ngwaed i arnyn nhw gan mai teip cyffredin iawn yw e'."

Rhoi eich hun yn eu hesgidiau nhw

- Mae Awele yn fyfyrwraig ac mae'n rhaid iddi gael trallwysiadau gwaed yn rheolaidd. Rhowch eich hun yn ei hesgidiau hi a disgrifiwch sut dybiwch mae hi'n teimlo ynghylch ei bywyd.
- Gan feddwl am bobl fel Awele, pa ddadleuon allech chi eu defnyddio i annog pobl yn y gymuned leol i roi gwaed?
- Gweithiwch mewn parau i chwarae rhan claf sydd wedi derbyn gwaed a pherson ifanc sydd am roi gwaed ond sydd yn rhy ofnus. Beth allen nhw ddweud wrth ei gilydd? Beth allai'r person ifanc fod yn ei ofni – nodwyddau, poen, haint...?

Fe gewch wybodaeth i'ch helpu i lunio eich dadleuon ar y wefan **www.giveandletlive.co.uk**