



Doctor Ci yn egluro  
**CORONAFEIRWS**

Athro James G Logan

Tîm ARCTEC yn yr London School of Hygiene  
& Tropical Medicine

Lydia Monks

Darlunydd

Helo. Doctor Ci ydw i. Rydw i'n mynd i ddweud wrthy ch am bopeth sydd angen i chi wybod am y **CORONAFEIRWS**

Beth yw'r Coronafeirws?



Germ a elwir yn feirws yw'r Coronafeirws. Mae'n achosi clefyd o'r enw Covid 19. Pan fydd y feirws hwn yn mynd i mewn i'n cyrff, gall wneud i ni deimlo'n sâl.



Mae'r feirws mor fach fel na ellir ei weld ond trwy ddefnyddio microsgop arbennig.

Mae mor fach fel y gall fynd i mewn i'n cyrff pan fyddwn yn anadlu i mewn. Gall hefyd fynd i'n mewn i'n cegau o'n dwylo.

Mae'r feirws wedi ymledu o gwmpas y byd.



Ni allaf i hyd yn oed ddweud ar bwy mae'r Coronafeirws drwy edrych arnyn nhw. Nid yw'n gwneud i bawb deimlo'n sâl, ond maen nhw'n dal i'w roi i bobl eraill. Nid yw plant â'r Coronafeirws yn mynd mor sâl ag oedolion, sy'n newyddion da!



Dyna pam fod y rhan fwyaf ohonom yn gorfod aros y tu mewn.



Mae rhai pobl sy'n dal y feirws yn dechrau pesychu ac yn mynd yn boeth iawn. Mae hyn yn gwneud iddyn nhw deimlo'n sâl. Mae'r rhan fwyaf o bobl yn dechrau teimlo'n well ar ôl ychydig ddiwrnodau, ond bydd yn rhaid i rai pobl fynd i'r ysbyty i gael eu helpu gan ddoctor fel fi.



# SUT MAE'R CORONAFEIRWS YN YMLEDU?

Pan fyddwn yn pesychu!



Pan fyddwn yn tisian!



O'n dwylo!



Gall feirysau gael eu trosglwyddo i bobl eraill pan fyddwn yn pesychu neu'n tisian. Os ydych wedi dal y feirws ac yn pesychu neu disian ar arwyneb, gall y germau hynny aros ar yr arwyneb hwnnw am amser maith.

Ffordd arall y gall y Coronafeirws fynd i mewn i'ch corff yw o'ch dwylo. Dyna pam ei bod yn bwysig golchi eich dwylo o hyd. Ceisiwch beidio â chyffwrdd â'ch wyneb neu bigo eich trwyn!

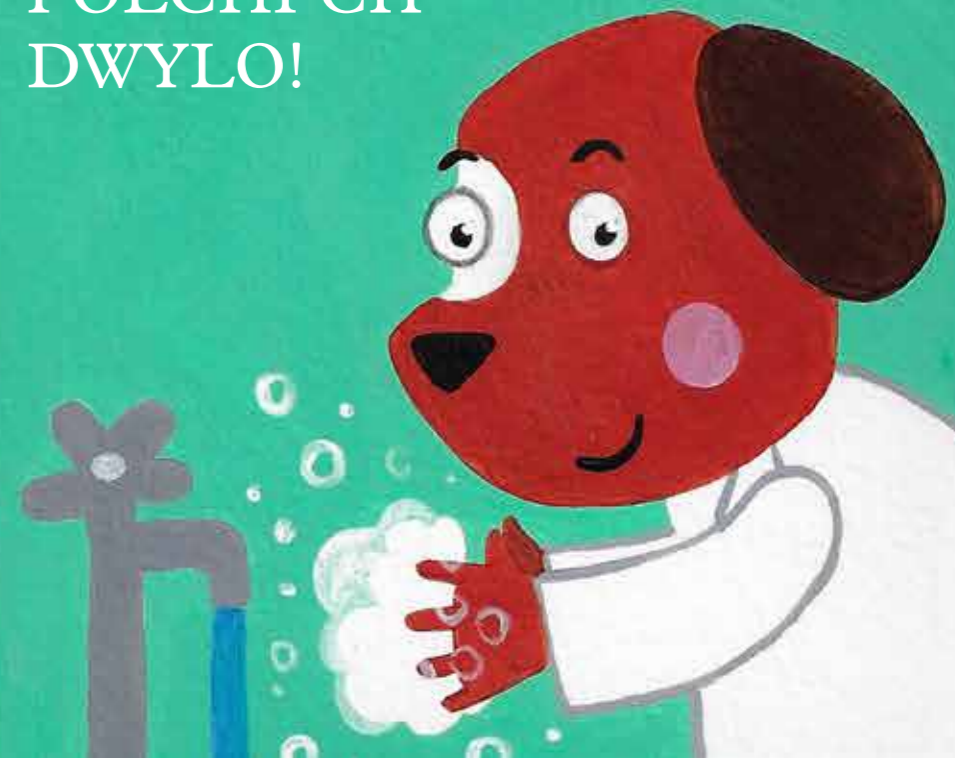
GORCHUDDIWCH EICH CEG PAN FYDDWCH YN PESYCHU!



DYLECH DISIAN AR EICH LLEWYS!



DALIWCH ATI I OLCHI'CH DWYLO!



4.

## BETH ALLWN NI EI WNEUD?



Pan fyddwch yn mynd allan, cadwch draw oddi wrth bobl eraill.

Y brif ffordd o atal y Coronafeirws rhag ymledu yw i bob un ohonom aros gartref. Mae hynny'n golygu peidio â mynd i'r ysgol neu'r feithrinfa am ychydig. Bydd yn rhaid i famau, tadau a gofalwyr aros gartref hefyd. Er y bydd yn rhaid i rai, fel fi, fynd i'r gwaith gan fod gennym swyddi pwysig i'w gwneud.

Daliwch ati i olchi'ch dwylo!



Bydd hyn i gyd yn helpu i atal llawer o bobl rhag bod yn sâl yr un pryd.





# Dywed Doctor Ci...

GORCHUDDIWCH EICH  
CEG PAN FYDDWCH YN  
PESYCHU!

DYLECH DISIAN AR  
EICH LLEWYS!

CEISIWCH BEIDIO Â  
CHYFFWRDD Â'CH WYNEB.

PEIDIWCH Â PHIGO  
EICH TRWYN!

DALIWCH ATI  
I OLCHI'CH  
DWYLO.

Gallwn  
ei wneud!

GYDA'N GILYDD GALLWN GURO'R CORONAFEIRWS!



# Doctor Ci

Hawlfraint: Lydia Monks

Cyfieithiad gan Dîm Caerdydd  
Ddwyieithog, Cyngor Caerdydd  
Translation provided by the Bilingual  
Cardiff team, Cardiff Council