Mae sut rydyn ni'n cael mynediad at wasanaethau Meddygon Teulu Tu Allan i Oriau a Galw Iechyd Cymru wedi newid

Yn lle gorfod cofio dau rif ffôn gwahanol, gallwch chi ddefnyddio'r ddau wasanaeth hyn trwy ffonio un llinell gyswllt sy'n rhad ac am ddim - 111.

Mae'r newid hwn wedi ei wneud er mwyn gwneud bywyd yn haws, trwy gael un llinell gyswllt am ddim fydd yn gallu rhoi'r cyngor, y cymorth a'r driniaeth iawn i bobl 24 awr y diwrnod.

Yn dibynnu ar ba mor ddifrifol yw eich galwad, mae'n bosibl y byddwch chi'n siarad â gweithiwr gofal iechyd. Gall y person hwnnw fod yn nyrs, yn fferyllydd neu'n feddyg.

Mae'n bosibl y bydd angen i chi siarad â mwy nag un person weithiau er mwyn cael y driniaeth iawn, ond fe fyddwn yn cadw hyn i isafswm ac yn ceisio gwneud yn siŵr y byddwch chi'n siarad â'r gweithiwr gofal iechyd proffesiynol iawn cyn gynted â phosibl.

Os oes angen cymorth brys arnoch chi ac mae angen i chi weld meddyg teulu tu allan i oriau, bydd gofyn i chi fynd i ganolfan gofal sylfaenol ar safle un o'n hysbytai, yn ôl y drefn arferol.

Fodd bynnag, bydd ein nyrsys neu'n fferyllwyr medrus yn gallu delio â'r rhan fwyaf o gyflyrau dros y ffôn.

Mae'r trinwyr galwadau wedi cael eu hyfforddi i adnabod yr adegau hyn pan fo cyflwr yn bygwth bywyd. Os byddwch chi'n ffonio 111 er bod angen ambiwlans arnoch chi, bydd eich galwad yn cael ei drosglwyddo i'r gwasanaeth ambiwlans argyfwng.

Cofiwch - ffoniwch 111 pan fydd angen cymorth brys arnoch chi ond dydy'r cyflwr ddim yn bygwth bywyd!