Os oes gennych ddiabetes ac mae'n rhaid i chi fynychu'r ysbyty neu gael eich derbyn i'r ysbyty, bydd y 5 awgrym hyn yn eich helpu chi baratoi ar gyfer cyfnod diogel yn yr ysbyty.

Mewnwelediadau o Astudiaeth SHINE

Dywedwch wrth staff yr ysbyty fod gennych ddiabetes.

Peidiwch â chymryd yn ganiataol eu bod nhw'n gwybod yn barod, gan nad yw pob cofnod gofal iechyd wedi'i integreiddio'n llawn.

Rhowch wybod i staff os ydych chi'n defnyddio technoleg diabetes (synhwyrydd glwcos/pwmp inswlin) neu os ydych chi wedi cael unrhyw broblemau diweddar fel "hypos" (lefelau glwcos isel).

Cadwch restr gyfoes o'ch meddyginiaethau arferol wrth law.

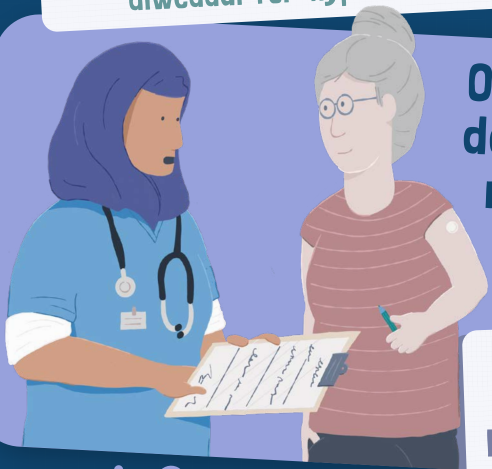
Os ydych chi'n cymryd inswlin, cofiwch gynnwys ei enw llawn, ei ddosau a'i amseroedd.

Ystyriwch rannu eich rhestr gydag aelod o'r teulu neu ffrind dibynadwy, a all helpu rhannu'r wybodaeth gywir os ydych chi'n rhy sâl i wneud hynny.

Ewch â'ch meddyginiaethau a'ch pecyn rheoli diabetes arferol gyda chi i'r ysbyty, os yn bosibl.

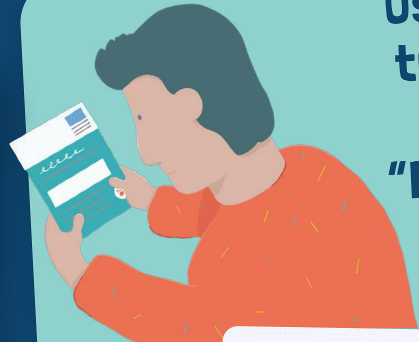
Yn enwedig eich inswlin, os ydych chi'n cymryd hwn.

Os ydych chi eisiau ac yn ddigon da, dylech chi allu rheoli eich inswlin eich hun yn yr ysbyty.



Trafodwch hyn gyda'r staff sy'n gofalu amdanoch chi, fel y gellir llofnodi ffurflen gytundeb i chi reoli a chael mynediad at eich inswlin.

Os ydych chi ar fin cael triniaeth lawfeddygol, gofynnwch am gael "Fy mhasbort diabetes: cynllunio ar gyfer llawdriniaeth".



Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth bwysig am baratoi ar gyfer llawdriniaeth i berson â diabetes.

King's College London
NHS Wye Valley NHS Trust
FEND Foundation of European Nurses in Diabetes