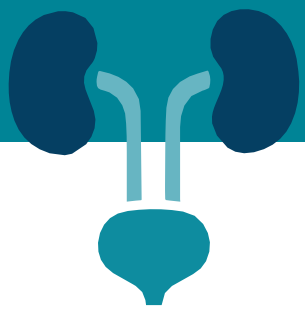
UK Health Security Agency

NHS

Heintiau'r Llwybr Wrinol (UTIs): gwybod y symptomau

Gwybodaeth i oedolion hŷn



Beth yw UTI?

Mae **heintiau'r llwybr wrinol (UTIs)** yn effeithio ar eich llwybr wrinol, gan gynnwys eich pledren, wrethra, neu arennau. Weithiau, gall haint drwy'r llwybr wrinol ddatblygu'n haint difrifol a all achosi i chi fynd yn sâl iawn ac efallai y bydd angen i chi fynd i'r ysbyty wedyn.

Dyma **rai symptomau y gallech eu profi gydag UTI:**

- **Angen pasio wrin yn fwy aml,** yn sydyn, neu'n fwy brys nag arfer.
- **Poen neu deimlad o losgi** wrth basio wrin



- **Angen pasio wrin yn y nos** yn fwy aml nag arfer.



- **Poen newydd** yn rhan isaf y stumog.



- **Anymataliaeth newydd neu wlychu'ch hun** sy'n waeth nag arfer.
- **Poen yn yr arennau** neu boen yn rhan isaf y cefn.



- **Gwaed** yn yr wrin.



- **Newidiadau mewn ymddygiad,** fel ymddwyn yn gynhyrfus neu'n ddryslyd (deliriwm). Gallai hyn fod yn symptom o haint drwy'r wrin ond gallai hefyd fod oherwydd achosion eraill, y mae angen eu diystyru.



- **Arwyddion cyffredinol o haint,** fel twymyn, tymheredd uchel neu deimlo'n boeth ac yn crynu, gyda chryndod neu oerfel.



- **Tymheredd isel iawn** dan 36°C.



Efallai y byddwch chi'n profi llai o'r symptomau hyn os oes gennych chi gathetr wrinol.

Beth ddylech chi ei wneud **os ydych chi'n meddwl bod gennych chi UTI?**

Sicrhewch eich bod chi'n yfed digon o hylifau'n rheolaidd i osgoi dadhydradu.

Cysylltwch â gweithiwr gofal iechyd proffesiynol: gallai hyn fod yn **feddyg teulu, nyrs, fferyllydd cymunedol, canolfan galw heibio** neu **wasanaeth 111 y GIG.**