NHS
Blood and Transplant

Allwn i fod yn **rhoddwr aren byw?**

Ymunwch â
Chofrestr Rhoddwyr Organau'r GIG

0300 123 23 23
www.organdonation.nhs.uk

Rhoddodd Barbara Ryder aren i rywun nad oedd yn ei adnabod, Andy Loudon, a oedd yn dioddef o arennau polysystig.

"Mae'r aren yn llythrennol yn rhywbeth sbâr y gallwch wneud hebddo. 'Da iawn', meddyliais. O'r diwedd, gallaf wneud rhywbeth corfforol defnyddiol."

Chris Kemp, a roddodd aren i'w fab, Oliver.

"Nid yw bod ag un aren yn fy rhwystro rhag gwneud pethau. Bydd Oliver a minnau'n tynnu coes weithiau am y trawsblaniad. Byddaf yn dweud wrtho ei fod wedi cael fy arian i gyd – waeth iddo gael fy nghorff hefyd!"

Tom Bortey (ar y dde), a gafodd aren gan ei frawd, George.

"Oni bai fod fy mrawd wedi rhoi ei aren, ni fyddai gen i unrhyw obaith. Mae'n bwysig fy mod yn adrodd ein hanes wrth bobl ddu eraill, fel eu bod hwythau hefyd yn meddwl am roi aren."

Paulette Cain, a roddodd aren i'w gŵr, David.

"Mae pobl yn dweud ei fod yn beth hael i'w wneud. Ond, a dweud y gwir, yr oeddwn am ei wneud er fy mwyn fy hun a Jade, ein merch fach, yn ogystal ag er mwyn David, gan fod y straen ar ein bywydau mor fawr."

Mae rhoi aren yn benderfyniad mawr, ac mae angen dewrder i roi aren. Mae llawer o bethau y dylech wybod amdanynt cyn ystyried rhoi aren a gobeithio y bydd y daflen hon yn ateb rhai o'ch cwestiynau.

Mae arennau'n cael eu rhoi gan bobl sydd wedi marw a chan bobl fyw sydd naill ai'n dymuno helpu rhywun agos, neu rywun nad ydynt yn ei adnabod, sydd angen aren gan fod eu haren hwy wedi methu.

Mae'n bwysig fod pawb sydd am gael eu hystyried fel rhoddwr aren byw yn meddwl o ddifrif am y posibilrwydd.

Dyma bwyntiau y dylech eu hystyried:

- mae cyfraddau goroesi yn dilyn trawsblaniad gan roddwyr byw yn dipyn gwell, gan ganiatáu i fwy o bobl gael trawsblaniad ac elwa ohono
- gall rhoddwyr byw sydd hefyd yn berthynas agos gydweddu'n dda gyda'r derbynnydd o ran meinwe, a gall hyn fod yn fonws ychwanegol i'r derbynnydd
- nid yw rhoddwyr nad ydynt yn perthyn, fel gŵr neu wraig, yn debygol o gydweddu cystal gyda meinwe'r derbynnydd. Ond, ym mhob sefyllfa heblaw lle mae'r cydweddiad yn berffaith, mae cyfraddau llwyddiant y trawsblaniadau hyn yr un mor uchel ag yn achos rhoddwyr sy'n perthyn i'r derbynnydd
- pan fydd person byw yn rhoi aren mae modd trefnu'r llawdriniaeth i drawsblannu'r aren ar adeg sy'n gyfleus i'r rhoddwr a'r derbynnydd ac yn achos rhai pobl gellir trefnu hyn cyn bod angen dialysis arnynt
- mae'r gyfradd oroesi yn uwch i bobl sy'n derbyn trawsblaniad cyn bod angen dialysis arnynt.

Mae nifer yr arennau sy'n cael eu rhoi gan roddwyr byw yn y DU yn cynyddu. Mae hyn yn digwydd er gwaethaf y canlynol:

- mae nifer y bobl sydd angen trawsblaniad aren yn dal i gynyddu
- nid oes digon o arennau ar gael i'w trawsblannu gan roddwyr sydd wedi marw
- mae'r amser aros cyfartalog am drawsblaniad aren rhwng dwy flynedd a hanner a thair blynedd ac yn achos rhai lleiafrifoedd ethnig ac unigolion gyda mathau prin o feinwe, gall fod yn fwy na phum mlynedd.

Cwestiynau cyffredin

Pwy all roi?

Mae rhoddwyr yn aml yn berthynas agos megis rhiant, brawd neu chwaer neu fab neu ferch, ond gallant hefyd fod yn unigolion nad ydynt yn perthyn ond sydd â pherthynas emosiynol agos â'r derbynnydd fel partner neu ffrind agos.

Weithiau, ni fydd rhoddwr a derbynnydd yn cydweddu â'i gilydd oherwydd y gwahaniaeth rhwng eu grŵp gwaed neu'u gwrthgyrff ac mewn achos o'r fath efallai y gellir eu paru gyda rhoddwr a derbynnydd arall sydd yn yr un sefyllfa. Mae hyn yn golygu y bydd y ddau dderbynnydd yn elwa o drawsblaniad na fyddai wedi bod yn bosib fel arall (gelwir hyn yn rhodd wedi'i pharu). Pan fydd mwy na dau bâr yn rhan o drefniadau cyfnewid o'r fath gelwir hyn yn rhodd gyfun (pooled donation).

Mae mwy a mwy o bobl yn penderfynu bod yn rhoddwyr allgarol anghyfarwydd (non directed altruistic donors). Mae'r rhain yn unigolion nad yw'r derbynnydd yn eu hadnabod.

Beth yw'r isafswm oed ar gyfer bod yn rhoddwr?

Yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, nid oes isafswm oed yn Neddf Meinweoedd Dynol 2004 ar gyfer derbyn rhywun fel rhoddwr aren byw. Fodd bynnag, bydd mwyafrif y rhoddwyr dros 18 oed. Dim ond mewn amgylchiadau arbennig iawn y byddai plant yn cael eu hystyried, a byddai angen cymeradwyaeth y llys ar gyfer hyn. Yn ôl y gyfraith, dim ond pobl dros 16 oed all gael eu hystyried fel rhoddwyr aren byw yn yr Alban.

Sut fyddaf yn gwybod a wyf yn rhoddwr addas?

Byddwch yn cael asesiad meddygol, llawfeddygol a seicolegol trylwyr i weld a ydych chi'n iach ac yn addas i roi aren. Bydd rhai pobl sy'n dymuno rhoi aren yn canfod na allant wneud hynny oherwydd problemau iechyd sy'n dod i'r amlwg yn ystod y broses asesu. Bydd aelodau'r tîm gofal iechyd a fydd yn rhan o'ch asesiad yn cynnwys meddygon, cydlynwyr nyrsio, cynghorwyr, seicolegwyr a gweithwyr cymdeithasol.

A fydd yna unrhyw beryglon i mi?

Mae pob llawdriniaeth yn golygu rhyw gymaint o risg ac nid yw hynny'n wahanol i roddwyr byw. Mae rhoddwyr yn wynebu risg o heintiadau (ee y frest, y clwyf neu wrin)

ac, yn llai aml, gwaedu neu'r gwaed yn ceulo. Mae risg isel iawn o farwolaeth i'r rhoddwr: amcangyfrifir bod hyn yn 1 mewn 3,000 ar gyfer y llawdriniaeth hon.

Oes yna beryglon tymor hir?

Mae posibilrwydd bach y bydd eich pwysedd gwaed yn cynyddu ryw fymryn ac y ceir gormod o brotein yn eich wrin. Mae astudiaethau'n dangos, fodd bynnag, nad oes unrhyw effaith dymor hir ar iechyd y rhoddwr nac ar yr aren sy'n weddill.

Ydw i'n wynebu mwy o risg y bydd fy aren yn methu?

Nid oes mwy o siawns i'ch aren chi fethu ar ôl rhoi nag aren unrhyw un arall yn y boblogaeth yn gyffredinol.

A fydd rhoi aren yn lleihau hyd fy oes?

Mae astudiaethau wedi dangos bod rhoddwyr yn byw'n hwy na gweddill y boblogaeth ar gyfartaledd. Y rheswm am hyn yw bod rhoddwyr yn cael eu dewis ar sail eu hiechyd da a'u bod yn cael eu sgrinio'n drylwyr cyn rhoi'r aren.

A fydd rhaid i mi newid fy ffordd o fyw ar ôl rhoi?

Na fydd. Dylech fyw bywyd yr un mor arferol â chynt.

A fydd rhoi aren yn effeithio ar feichiogrwydd yn y dyfodol neu ar y siawns o fod yn dad?

Mae'r data prin sydd ar gael yn dangos nad oes unrhyw gynnydd yn y risg o gymhlethdodau yn ystod beichiogrwydd ar ôl rhoi aren. Ni fydd yn effeithio ar ffrwythlondeb dynion.

A fydd yn effeithio ar fy yswiriant iechyd?

Dylech gysylltu â'ch cwmni yswiriant.

Beth os ydw i'n byw mewn rhan wahanol o'r DU i'r person yr wyf yn rhoi aren iddo?

Ni fydd hyn yn eich rhwystro rhag rhoi. Gall y tîm trawsblannu drefnu i'ch asesiad fel rhoddwr gael ei gynnal mewn ysbyty sy'n agos at eich cartref os yw hynny'n fwy cyfleus i chi. Fel arfer, bydd y llawdriniaeth yn digwydd yn yr ysbyty lle gofelir am y person sy'n derbyn yr aren. Fodd bynnag, gellir gwneud trefniadau gwahanol os bydd amgylchiadau'r rhoddwr a'r derbynnydd yn galw am hynny.

Beth os wyf yn byw dramor?

Ni fydd hyn yn eich rhwystro rhag rhoi. Gellir trefnu ychydig o brofion rhagarweiniol yn eich gwlad chi i weld a fyddwch chi'n rhoddwr addas.

Beth yw safbwynt crefyddau ar roddwyr byw?

Mae'r rhan fwyaf o grefyddau'n cefnogi rhoi gan bobl sy'n fyw gan eu bod yn edrych arno fel rhodd i rywun yr ydych yn ei garu. Os oes gennych unrhyw amheuaeth, dylech gysylltu â'ch arweinydd crefyddol.

Faint o amser fydd y broses o asesu'r rhoddwr yn ei gymryd?

Fel arfer, bydd yn cymryd o leiaf dri mis. Bydd hyn yn dibynnu ar lle'r ydych yn byw a pha brofion fydd angen eu cynnal. Os yn bosib, caiff yr asesiad ei lunio i gwrdd â'ch anghenion a'ch ymrwymiadau chi.

Faint o amser fydd yn rhaid i mi ei gymryd i ffwrdd o'r gwaith?

Bydd y rhan fwyaf o ganolfannau trawsblannu'n ceisio trefnu'r profion a'r archwiliadau y mae eu hangen cyn y llawdriniaeth gyda golwg ar eich dyletswyddau gwaith er mwyn amharu cyn lleied â phosib ar eich gwaith. Weithiau, bydd modd trefnu i wneud rhywfaint o hyn yn lleol os yw'r rhoddwr yn byw yn bell o'r ganolfan drawsblannu. Fel arfer, bydd y llawdriniaeth a'r cyfnod adfer yn cymryd rhwng 2 a 12 wythnos, ond bydd hyn yn dibynnu ar y llawdriniaeth, eich adferiad chi a'r math o waith y byddwch yn dychwelyd ato.

Sut alla i fforddio cymryd amser i fwrdd o'r gwaith?

Dylech drafod hyn gyda'ch cyflogwr a gweld beth sydd ar gael o dan eich (eu) telerau cyflogi o ran Tâl Salwch Statudol. Efallai y byddwch yn gymwys i gael ad-daliad colli enillion a chostau. Fodd bynnag, bydd hyn yn ddibynnol ar ddisgresiwn darparwyr gofal iechyd y derbynnydd. Dylech drafod hyn gyda'ch tîm trawsblannu.

Beth os wyf yn derbyn budd-dal fel Lwfans Ceisio Gwaith?

Dylech gael cyngor ynglŷn â hyn drwy gysylltu â'ch Canolfan Cyngor ar Bopeth leol.

Sut fydd yr aren yn cael ei chodi?

Byddwch yn cael anaesthetig cyffredinol, sy'n golygu y byddwch yn cysgu yn ystod y llawdriniaeth. Yn draddodiadol, byddai'r aren yn cael ei chodi drwy wneud toriad yn yr ochr neu'r abdomen (y bol), sy'n cael ei adnabod fel y dechneg "agored". Mae'r dull hwn yn dal i gael ei ddefnyddio ond erbyn hyn mae llawdriniaeth twll clo yn fwy cyffredin ac yn cael ei chynnig mewn nifer o ganolfannau ar hyd a lled y DU. Erbyn hyn, gwneir mwy o ddefnydd o lawdriniaeth twll clo i godi'r aren ac mae hyn hefyd ar gael mewn llawer o ganolfannau trawsblannu yn y DU.

Faint o amser fydd y llawdriniaeth yn ei gymryd?

Bydd y llawdriniaeth yn cymryd tua dwy awr fel arfer a bydd gennych gathetr wrin a drip pan fyddwch yn gadael y theatr.

Am faint fydda i yn yr ysbyty?

Mae hyn yn dibynnu ar eich adferiad chi. Fel arfer, bydd rhoddwyr yn aros rhwng tri a saith niwrnod yn yr ysbyty.

A fyddai'n teimlo llawer o boen?

Bydd poenladdwyr cryf ar gael i leddfu'r boen a'r anghysur ar ôl y llawdriniaeth.

Fydd angen i mi gymryd unrhyw feddyginiaeth ar ôl rhoi'r aren?

Bydd angen i chi gymryd rhywfaint o boenladdwyr yn syth ar ôl y llawdriniaeth ac yn ystod y cyfnod adfer. Mae hefyd yn bosib y bydd angen i chi gymryd tabledi gwrthfiotig am gyfnod byr os bydd angen. Fodd bynnag, ni fydd angen i chi gymryd unrhyw feddyginiaeth tymor hir o ganlyniad i roi aren.

Beth am ymweliadau dilynol?

Fel arfer, bydd y tîm trawsblannu am eich gweld rhwng pythefnos a chwe wythnos ar ôl rhoi'r aren. Byddem yn argymell eich bod yn cadw'r apwyntiad blynyddol dilynol am weddill eich oes, os mai dyna yw eich dymuniad.

A yw rhai rhoddwyr yn cael trafferth gwneud penderfyniad?

Bydd y penderfyniad yn un rhwydd iawn i rai pobl, ond bydd yn achos poen meddwl i eraill cyn iddynt benderfynu. Mae teimlo ofn o roi aren neu euogrwydd am beidio bod eisiau rhoi yn ddigon naturiol. Yr unig benderfyniad "cywir" yw'r

un sy'n gwneud i chi, y rhoddwr posib, deimlo'n gyfforddus. Gall dysgu mwy am fod yn rhoddwr byw a'r hyn y mae'n ei olygu eich helpu i wneud eich penderfyniad.

A fydd yn bosib i mi siarad gyda rhywun sydd wedi rhoi aren?

Dylai eich cydlynydd yn eich canolfan drawsblannu leol allu trefnu hyn i chi.

Beth petawn i'n penderfynu peidio bod yn rhoddwr?

Mae gennych yr hawl i dynnu'ch cynnig yn ôl ar unrhyw adeg a byddai'r tîm trawsblannu'n cefnogi eich penderfyniad.

Pwy fydd yn gwneud y penderfyniad terfynol?

Pan fydd yr holl brofion wedi'u cwblhau a'r tîm trawsblannu'n fodlon bod popeth yn iawn, trefnir dyddiad ar gyfer y llawdriniaeth. Ni fydd y trawsblaniad yn mynd yn ei flaen oni bai fod y rhoddwr a'r derbynnydd yn hapus gyda'r trefniadau.

A fydd y trawsblaniad yn llwyddiannus?

Nid oes sicrwydd y bydd unrhyw drawsblaniad aren yn llwyddiannus. Fodd bynnag, mae trawsblannu arennau gan roddwyr byw yn llwyddiannus dros ben, gyda thua 96% o'r arennau a roddir gan roddwyr byw yn gweithio'n dda ar ôl blwyddyn. Mae hyn yn cymharu gyda chyfradd llwyddiant o 93% yn achos arennau gan roddwyr sydd wedi marw.

Beth yw'r peth cyntaf y dylwn ei wneud os wyf yn ystyried bod yn rhoddwr?

Os ydych chi'n adnabod y person yr ydych yn ystyried rhoi aren iddo, bydd angen i chi gysylltu â'r ysbyty/canolfan drawsblannu lle mae'r derbynnydd posib yn derbyn gofal. Yr wybodaeth gyntaf fydd ei hangen arnom yw eich grŵp gwaed i weld a yw'n cydweddu gyda'ch derbynnydd. Ar ôl hyn trefnir apwyntiad i gael trafodaeth fwy manwl gyda chi ac i gynnal profion gwaed rhagarweiniol. Os nad ydych yn adnabod y derbynnydd, y peth gorau i'w wneud yw cysylltu â'ch canolfan drawsblannu leol am gyngor pellach.

Sut mae'r broses o roi organau byw yn y DU yn cael ei llywodraethu?

Yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, Deddf Meinweoedd Dynol 2004, ac yn yr Alban, Deddf Meinweoedd Dynol (yr Alban) 2006, sy'n rhoi'r fframwaith

cyfreithiol ar gyfer rhoi organau a meinweoedd yn y DU. Yr Awdurdod Meinweoedd Dynol sy'n rheoleiddio'r broses o roi organau solid a rhannau o organau gan bobl fyw. Mae'n rhaid i'r Awdurdod roi ei gymeradwyaeth cyn gall rhoddwyr byw fwrw ymlaen â'r broses o roi. Bydd pob rhoddwr yn cael ei asesu gan Asesydd Annibynnol, a fydd wedi'i hyfforddi a'i achredu gan yr Awdurdod, fel rhan arferol o'r drefn werthuso ar gyfer sicrhau bod y gofynion cyfreithiol wedi'u bodloni. Mae'r gyfraith yn mynnu ei bod yn rhaid i'r rhoddwr ddeall natur a pheryglon y drefn yn llawn, ac na fu unrhyw orfodaeth, pwysau na thâl yn gysylltiedig â rhoi'r organ neu ran o'r organ, sy'n anghyfreithlon yn y DU.

Rhoi **aren i blentyn**

Yr amser aros cyfartalog am drawsblaniad aren (gan roddwr sydd wedi marw) i blant yw rhwng chwe mis a blwyddyn. Mae rhai plant yn gorfod aros am hyd at bum mlynedd.

Pan fydd ar blentyn angen aren, bydd y rhoddwr fel arfer yn berthynas agos – un o'r rhieni fydd y rhoddwr fel arfer. Gellir hefyd ystyried nain neu daid neu frawd neu chwaer, ond bydd hynny'n dibynnu ar eu hoed, a gall ewythrod a modrybedd ac aelodau eraill o'r teulu neu ffrindiau agos hefyd roi os yw eu meinwe'n cydweddu.

Cwestiynau cyffredin

A fyddaf yn cael llawdriniaeth yn yr un ysbyty â fy mhlentyn?

Bydd hyn yn dibynnu ar leoliad y llawdriniaeth. Mae rhai ysbytai'n gofalu am oedolion a phlant, tra mae eraill yn gofalu am blant yn unig. Lle bynnag yr ydych, bydd tîm o bobl yn gofalu am y ddau ohonoch. Bydd asesiad a llawdriniaeth y rhoddwr yn cael eu cynnal mewn canolfan drawsblannu i oedolion bob amser. Bydd hon yn agos atoch os byddwch chi a'ch plentyn yn derbyn gofal mewn ysbytai gwahanol.

Os byddaf mewn ysbyty gwahanol am faint fyddaf yn cael fy ngwahanu oddi wrth fy mhlentyn?

Fel un sy'n rhoi aren, bydd angen amser arnoch i wella o effeithiau'r llawdriniaeth. Bydd hyn yn ddibynnol ar ba fath

o lawdriniaeth y byddwch yn ei chael a pha mor gyflym y byddwch yn gwella. Dylech gael gadael yr ysbyty ar ôl tri i saith niwrnod. Mae'n naturiol y byddwch yn awyddus i weld eich plentyn ond mae'n bwysig eich bod yn gorffwys cymaint â phosib yn ystod y dyddiau cyntaf er mwyn eich helpu i wella'n llwyr. Bydd y staff yn y canolfannau trawsblannu'n eich helpu i gadw mewn cysylltiad dros y ffôn ac yn rhoi gwybod i chi sut mae'ch plentyn yn dod yn ei flaen. Bydd aelodau'ch teulu a'ch ffrindiau'n gallu dod i weld y ddau ohonoch. Os byddwch mewn ysbytai gwahanol, cewch ymweld â'ch plentyn cyn gynted ag y cewch eich rhyddhau o'r ysbyty.

Os wyf yn rhiant ac yn rhoddwr, pwy fydd yn gofalu am fy mhlentyn tra byddaf yn yr ysbyty?

Bydd angen i chi gynllunio'n ofalus ac mewn da bryd ar gyfer gofal eich plentyn tra byddwch yn yr ysbyty, a gall y staff eich helpu i wneud hyn. Mewn rhai teuluoedd, bydd y rhiant arall yn aros gyda'r plentyn, ond gellir dewis nain a thaid, modryb, ewythr, neu ffrind agos i'r teulu i ofalu am y plentyn. Pwy bynnag y byddwch yn ei ddewis, dylai fod yn rhywun yr ydych chi a'ch plentyn yn gyfforddus â hwy ac sy'n deall goblygiadau bod gyda'ch plentyn yn yr ysbyty. Gallwch gael gair gyda meddyg neu nyrs eich plentyn ynglŷn â hyn a gallant ddarparu mwy o wybodaeth i'ch helpu i benderfynu. Mae'n bwysig eich bod yn gwneud trefniadau gofal plant os oes gennych blant eraill hefyd ac ar gyfer cymorth y bydd ei angen arnoch gartref ar ôl i chi adael yr ysbyty. Bydd pobl ar gael i'ch helpu gyda hyn a chydag unrhyw beth ymarferol arall sy'n eich poeni.

Os bydd y ddau ohonom yn yr un ysbyty a fydd yn bosib i mi gael gweld fy mhlentyn?

Bydd y staff a fydd yn gofalu am y ddau ohonoch yn sylweddoli pa mor bwysig yw hi eich bod yn cadw mewn cysylltiad. Byddant yn gwneud eu gorau i roi gwybod i chi a'ch plentyn sut mae'r naill a'r llall yn dod yn ei flaen.

Os wyf yn rhoi aren, faint o amser a gymer i mi wella?

Gall gymryd rhwng pythefnos a deuddeg wythnos, a bydd hynny'n dibynnu ar eich llawdriniaeth a'ch cynnydd chi fel unigolyn. Bydd angen i chi orffwys ar ôl gadael yr ysbyty. Bydd arnoch hefyd angen help i ofalu am eich plentyn a chyda thasgau o ddydd i ddydd o gwmpas y tŷ.

Ffynonellau

UK Living Donor Kidney Transplantation, BTS & Renal Association, Ail argraffiad, Ebrill 2005

Living Donor Kidney Transplantation: Your Questions Answered, Gift of Life, 2005

Information about living donor transplants, Yr Awdurdod Meinweoedd Dynol, 2006

Organ donation and religious perspectives, NHSBT, 2009

Waiting Time on Dialysis as the Strongest Modifiable Risk Factor for Renal Transplant Outcomes, Meier-Kreische, H-U, Kaplan, B. Transplantation, cyf. 74, 1377-1381, rhif 10, Tachwedd 27, 2002

Cysylltiadau defnyddiol

National Kidney Federation
Elusen sy'n cael ei rhedeg ar gyfer cleifion arennau gan gleifion arennau

E-bost helpline@kidney.org.uk

Llinell Gymorth 0845 601 02 09 Llun-Gwener, 9am – 5pm

Gwefan www.kidney.org.uk

Kidney Research UK
Elusen sy'n ariannu gwaith ymchwil i glefyd yr arennau ac i godi ymwybyddiaeth ohono

E-bost kidneyhealth@kidneyresearchuk.org

Llinell Gymorth 0845 300 1499 Llun – Gwener, 9am – 5.30pm

Gwefan www.nkrf.org.uk

Transplant Support Network
Rhwydwaith o gleifion trawsblaniadau a'u gofalwyr

E-bost tsnetwork@tiscali.co.uk

Llinell Gymorth 0800 027 4490/4491

Gwefan www.transplantsupportnetwork.org.uk

Yr Awdurdod Meinweoedd Dynol
Finlaison House, 15-17 Furnival Street, London, EC4A 1AB

E-bost enquiries@hta.gov.uk

Ffôn 020 7211 3400

Gwefan www.hta.gov.uk

Mae'n rhaid i'r penderfyniad i roi aren fod yn un cwbl wirfoddol. Ar ôl dysgu mwy am y broses a thrafod eich pryderon gallwch benderfynu a yw rhoi aren yn ddewis sy'n addas i chi.

Cewch newid eich meddwl ar unrhyw adeg yn ystod y broses werthuso a bydd eich rhesymau dros newid eich meddwl yn cael eu cadw'n gwbl gyfrinachol.

Am ragor o wybodaeth am fod yn rhoddwr aren byw, cysylltwch â'r cydlynydd trawsblannu neu'r nyrs gyswllt ar gyfer trawsblaniadau yn eich Uned Arennol agosaf.

Am ragor o wybodaeth gyffredinol am roi organau a thrawsblannu neu i gofrestru ar Gofrestr Rhoddwyr Organau'r GIG:

Ewch i www.organdonation.nhs.uk

Ffôn 0300 123 23 23 (ar agor 24 awr)

Lluniwyd gan aelodau o Fforwm Trawsblannu Arennau Rhoddwyr Byw Cymdeithas Trawsblannu Prydain.

Cynhyrchwyd gan NHS Blood and Transplant.

Fersiwn ddiweddarach o'r daflen a gynhyrchwyd yn gyntaf yn 2004 yw hon.

ODR079 10/09