

# ADNABOD ANAWSTERAU BWYTA, YFED A LLYNCU

Anawsterau bwyta, yfed a llyncu, a gaiff hefyd eu galw yn dysffagia, yw pan fo pobl yn cael problemau yn llyncu rhai bwydydd neu hylifau, neu efallai nad ydynt yn medru llyncu o gwbl.

## Arwyddion a symptomau anawsterau bwyta, yfed a llyncu:

- Bwyd yn mynd yn sownd yn y gwddf
- Newidiadau yn y llais, yn cynnwys lleferydd trwynol neu 'wlyb'
- Anhawster yn cnoi neu reoli bwyd neu hylifau yn y geg
- Pesychu neu dagu wrth llyncu
- Newidiadau mewn arferion bwyta, megis bwyta'n araf neu osgoi prydau bwyd yn llwyr
- Colli pwysau sylweddol yn anfwriadol
- Heintiau ar y frest neu niwmonia
- Bwyd neu ddiod yn dod allan o'r trwyn wrth llyncu
- Pryder wrth fwyta, yfed neu llyncu

**MAE MWY O WYBODAETH  
AR GAEL YN  
[RCSLT.ORG/DYSPHAGIA](https://RCSLT.ORG/DYSPHAGIA)**

**#SWALLOWAWARE2025**