



Dysffagia: Beth ellir ei wneud i helpu?



- Gall ymarferion helpu i wella'r cyhyrau a ddefnyddiwn i lyncu.



- Gellir defnyddio strategaethau / ystum gwahanol i wella diogelwch wrth lyncu.



- Gall gwneud hylif yn fwy trwchus wneud



- Gall newid ansawdd y deiet wneud

Am fwy o wybodaeth, ewch i www.rcslt.org