Annwyl Rieni / Warcheidiaid,

Rydym yn codi ymwybyddiaeth o ddigwyddiadau lle adroddwyd bod Parasetamol yn cael ei brynu / dwyn o siopau a fferyllfeydd gan blant dan oed a phobl ifanc yn eu harddegau yn ardal Abertawe.

Codwyd pryderon ynghylch faint o focsus sy'n cael eu dwyn / gwerthu.

Mae parasetamol yn gyffur lladd poen cyffredin a ddefnyddir i drin poenau

Mae cymryd gormod o barasetamol, a elwir yn orddos, yn beryglus iawn.

Os ydych chi wedi cymryd mwy na'r dos uchaf a argymhellir, ewch i'ch adran damweiniau ac achosion brys (A&E) cyn gynted â phosibl.

Mae rhai pobl yn teimlo'n sâl, yn chwydu neu â phoen yn yr abdomen (bol) ar ôl cymryd gormod o barasetamol, ond yn aml nid oes unrhyw symptomau amlwg ar y dechrau. Ewch i'r adran damweiniau ac achosion brys hyd yn oed os ydych chi'n teimlo'n dda.

Os daw rhiant / warcheidiad ar draws plentyn a allai fod wedi cymryd mwy o barasetamol nag a argymhellir, **rhaid gofyn am gymorth meddygol ar unwaith**.

Lin NHS Direct - Ffôn: 111 NHS 111 online

Linc BAROD **www.barod.cymru**

Linc DAN24/7 DAN 247 – Wales Drug and Alcohol Helpline