

# Iechyd



# Iechyd Fflaim

**Fflaim** — roedd yr offeryn hwn yn cael ei ddefnyddio i dyllu gwythiennau fel rhan o'r broses gollwng gwaed, sef 'adfywio gwythïen'. Credai fflaisgwyr yr Oesoedd Canol fod pedwar 'gwlybwr' gan bobl yn eu cyrff — bustl melyn, bustl du, fflem a gwaed. Os oeddech chi'n sâl gallai fod gennych ormod o un o'r gwlybwyr, ac roedd rhaid ei dynnu allan. Roedd eich gwaedu drwy agor gwythïen gyda fflaim yn un dewis ar gyfer gwneud hyn.



## Sut ydyn ni'n gwybod am ffleimiau?

Mae disgrifiadau o ffleimiau mewn testunau meddygol canoloesol, a darluniau ohonynt mewn llawysgrifau canoloesol, ac maent wedi'u canfod yn ystod cloddfeydd archaeolegol.

# Iechyd

## Gelen mewn jar

**Gelen mewn jar** — roedd gelod yn cael eu defnyddio i dynnu gwaed o'r corff, drwy ei sugno allan. Pan fydd yr elen yn brathu'r claf bydd yn chwistrellu cemegyn o'r enw gwrthgeulydd i mewn i'r clwyf. Bydd hyn yn atal y gwaed rhag ceulo a gallai olygu y bydd y clwyf yn gwaedu am hyd at ddeg awr. Gallai'r elen hon yfed gwaed am ryw ddwy awr. Credai fffisigwyr yr Oesoedd Canol fod pedwar 'gwlybwr' gan bobl yn eu cyrff — bustl melyn, bustl du, fflem a gwaed. Os oeddech chi'n sâl roeddent yn credu mai'r rheswm am hynny oedd bod gennych ormod o un o'r gwlybwyr, ac roedd rhaid ei dynnu allan.



### **Sut ydyn ni'n gwybod am ddefnyddio gelod yn yr Oesoedd Canol?**

Mae'r defnydd o'r gelod mewn meddygaeth yn yr Oesoedd Canol wedi'i ddisgrifio mewn testunau meddygol canoloesol a'i ddarlunio mewn llawysgrifau canoloesol.



# Iechyd Trepan

**Trepan** — trepannu yw'r driniaeth lawfeddygol hynaf mewn hanes, ac offeryn yw trepan a ddefnyddir i ddrilio twll drwy'r benglog. Pe baech yn cael cnoc ar y pen, a bod eich ymennydd yn dechrau gwaedu, gallech farw. Trwy ddrilio twll yn eich penglog gellid gadael y gwaed allan a gallai hyn achub eich bywyd. Byddai'r croen ar eich pen yn cael ei dorri a'i symud o'r ffordd yn gyntaf, yna byddai'r drilio'n dechrau. Byddai'r ffisegwr yn torri disgen o asgwrn o'ch penglog. Wedyn, byddai'r darn gwreiddiol o asgwrn, neu ddarn arian efallai, yn cael ei ddefnyddio i selio'r twll yn eich penglog cyn rhoi'r croen yn ôl yn ei le a'i bwytho.

## Sut ydyn ni'n gwybod am drepanau?

Mae trepanau'n cael eu disgrifio mewn testunau meddygol canoloesol, a'u darlunio mewn llawysgrifau canoloesol, ac mae archaeolegwyr wedi darganfod penglogau gyda thyllau trepannu ynddynt, lle mae aildyfiant yr asgwrn yn dangos bod pobl wedi goroesi'r driniaeth. Mae rhai o'r penglogau hyn yn dyddio'n ôl i'r cyfnod cynhanes.



# Iechyd

## Gefel ddannedd

**Gefel ddannedd** — mae'r rhain yn edrych fel pleiars ac fe'u defnyddir i ddal dant yn dynn pan fydd yn cael ei dynnu allan. Byddai llawfeddyg neu lawfeddyg barbwr yn siglo'r dant yn gyntaf i'w ryddhau yn asgwrn yr ên, ac yna'n ei dynnu allan yn ofalus iawn gan ddefnyddio'r gefeiliau hyn. Os oedd yn dal y dant yn rhy dynn yn y gefel gallai falu neu dorri. Roedd yn gofyn am dipyn o sgil. Peidiwch ag anghofio, nid oedd unrhyw anaesthetig yn cael ei ddefnyddio i atal y boen yn ystod y driniaeth hon.



### Sut ydyn ni'n gwybod am gefel ddannedd?

Mae gefeiliau dannedd yn cael eu disgrifio mewn testunau meddygol canoloesol a'u darlunio mewn llawysgrifau canoloesol, ac mae enghreifftiau wedi'u canfod yn ystod cloddfeydd archaeolegol.

# Iechyd

## Haearn serio pelen

**Haearn serio pelen** — os oedd gennych glwyf neu anaf a oedd yn gwaedu'n drwm, roedd haearn serio eiriasboeth yn cael ei ddefnyddio i losgi'r gwaedlestri ynghau, ac atal y gwaedu. Er y gallai hyn achub bywyd, byddai hyn wedi bod yn boenus iawn ac mae'n debyg y byddai wedi dinistrio llawer o'r feinwe (cyhyr, braster a chroen) o amgylch y clwyf, gan achosi mwy o ofid i'r claf a heintio posibl. Byddai gan lawfeddyg gasgliad o heyrn yn cael eu cadw'n boeth yn y tân, un ar gyfer pob math o glwyf neu anaf. Dyma darddiad yr ymadrodd 'gormod o heyrn yn y tân'.



### Sut ydyn ni'n gwybod am heyrn serio pelen?

Mae heyrn serio o ffurfiau a meintiau lu yn cael eu disgrifio mewn testunau meddygol a'u darlunio mewn llawysgrifau canoloesol. Mae rhai enghreifftiau sydd wedi'u canfod yn ystod cloddiadau archaeolegol yn cael eu harddangos mewn amgueddfeydd.

# Iechyd

## Haearn serio cylch gwastad

**Haearn serio cylch gwastad** — nid i atal gwaedu'n unig oedd haearn serio'n cael ei ddefnyddio. Gallai gael ei ddefnyddio hefyd i losgi pothell ar y croen, sef gwrthlidiwr. Credai ffigwyr yr Oesoedd Canol fod pedwar 'gwlybwr' gan bobl yn eu cyrff - bustl melyn, bustl du, fflem a gwaed, a'r syniad oedd tynnu'r gwlybwr drwg i fyny at y croen o'r ardal wedi'i hanafu neu yn y man poenus. Pan fyddwch yn byrstio pothell bydd hylif yn dod allan, a chredai ffigwyr yr Oesoedd Canol mai'r gwlybwr hwn oedd yn dod allan o'r corff.



### Sut ydyn ni'n gwybod am heyrn serio cylch gwastad?

Mae heyrn serio o ffurfiau a meintiau lu yn cael eu disgrifio mewn testunau meddygol a'u darlunio mewn llawysgrifau canoloesol. Mae rhai enghreifftiau sydd wedi'u canfod yn ystod cloddiadau archaeolegol yn cael eu harddangos mewn amgueddfeydd.



# Iechyd

## Offer serio (pryf) dannedd

**Offer serio (pryf) dannedd** — credai pobl yr Oesoedd Canol fod y ddannoedd yn cael ei hachosi gan bryf bach yn bwyta'r dant o'r tu mewn. Un ffordd o gael gwared ar y pryf oedd eu denu allan drwy ddal eich pen dros gannwyll. Byddai'r pryf yn ymlusgo tua'r golau ac yn disgyn allan o'r dant. Y ffordd arall oedd llosgi'r pryf y tu mewn i'r dant gyda darn eiriasboeth o weiran. Roedd y weiran yn cael ei gwthio drwy diwb fel na fyddech yn llosgi'ch ceg, drwy'r dant ac i mewn i'r pryf, gan ei ladd. Wrth gwrs, roedd gennych dwll yn eich dant wedyn a allai lenwi â bwyd, a byddai'r bwyd hwnnw'n pydru yno ac yn eich gwneud chi'n sâl iawn.

### Sut ydyn ni'n gwybod am offer serio dannedd?

Mae offer serio pryf dannedd yn cael eu disgrifio mewn testunau meddygol canoloesol a'u darlunio mewn llawysgrifau canoloesol.





# Iechyd

## Chwistrell clyster

**Chwistrell clyster** — pe bai gennych salwch stumog neu'n methu mynd i'r tŷ bach, yna gallai'r fffisigwr benderfynu eich anfon i gael enema. Gallai hwn fod yn gymysgedd o ddŵr cynnes, llaeth neu halen, neu fustl baedd a finegr hyd yn oed! Roedd y cymysgedd yn cael ei roi mewn chwistrell clyster ac yna byddai'r chwistrell yn cael ei osod i mewn yn eich pen-ôl. Roedd y cymysgedd yn cael ei chwistrellu i mewn i'ch pen-ôl wedyn, a byddai hyn yn gwneud i chi fynd i'r tŷ bach.



### Sut ydyn ni'n gwybod am chwistrellau clyster?

Mae chwistrellau clyster yn cael eu disgrifio mewn testunau meddygol canoloesol a'u darlunio mewn llawysgrifau canoloesol.

# Iechyd

## Llestr Wrosgopeg

**Llestr Wrosgopeg** — yn y cyfnod canoloesol, os oedd pobl yn sâl byddent yn gwneud d r i mewn i'r llestr wrosgopeg, a byddai'r ffigwr yn edrych ar y lliw, ac yna'i ei arogleuo, ac efallai'n blasu'r wrin hyd yn oed er mwyn gwneud diagnosis. Byddai ganddo siart yn dangos y gwahanol liwiau o dd r, a byddai hyn yn rhoi syniad iddo o'r hyn oedd o'i le. Er enghraifft, os yw'r dŵr yn felyn golau iawn mae hynny'n arferol. Os yw'r dŵr yn felyn tywyll neu'n frown hyd yn oed, mae angen i chi yfed mwy o ddŵr. Os yw'n goch neu'n wyrdd, yna mae rhywbeth difrifol o'i le. Os oedd arogl cryf arno, yna credent fod y claf yn gryf, ac os oedd yn blasu'n felys yna byddai'r ffigwr yn dweud wrth y claf i fwyta llai o fwydydd melys. Wrth gwrs, peidiwch ag anghofio, dyma beth oeddent yn ei gredu yn yr Oesoedd Canol.



### Sut ydyn ni'n gwybod am lestri wrosgopeg?

Mae lestri wrosgopeg (Jordans) yn cael eu disgrifio a'u darlunio mewn testunau meddygol. Mae ychydig o siartiau wrosgopeg yn bodoli hefyd, ac mae nifer o'r lestri wrosgopeg yn cael eu harddangos mewn amgueddfeydd.



Llywodraeth Cynulliad Cymru  
Welsh Assembly Government

# Iechyd Gwlân ac wy

**Gwlân ac wy** — roedd y gwlân yn cael ei fwydo yn y gwynwy ac yna'n cael ei roi ar glwyf a oedd yn gwaedu, yn ddigon tebyg i'r ffordd y defnyddiwn blasteri glynu heddiw. Byddai wedi cael ei ddal yn ei le drwy glymu darn o liain drosto, yn debyg i'r rhwymyn modern. Byddai'r gwynwy yn helpu atal y gwaedu, ac roedd y gwlân yn cadw'r gwynwy ar y clwyf. Pan oedd yn sychu, byddai'r gwynwy hefyd yn ffurfio croen dros y clwyf a fyddai'n rhoi cyfle iddo wella. Yng nghanol y 1500au, fe wnaeth y llawfeddyg Ambroise Pare gymysgu gwynwy gyda thyrpant ac olew rhosyn a defnyddio hwnnw yn lle haearn serio eiriasboeth i atal clwyf rhag gwaedu. Roedd yn gweithio.



## Sut ydyn ni'n gwybod am wllân ac wyau?

Mae'r dechneg hon yn cael ei disgrifio mewn testunau meddygol canoloesol. Disgrifir datblygiad Pare gan Pare ei hun yn ei nodiadau.



# Iechyd Jar fêl

**Jar fêl** — am filoedd o flynyddoedd roedd mêl yn cael ei ddefnyddio'n uniongyrchol ar y croen, yn yr un ffordd ag y defnyddiwn ni hufen gwrthseptig, ac ar glwyfau ar ôl iddynt gael eu pwytho. Nid yw germâu'n gallu byw mewn mêl, felly roedd yn feddyginiaeth liniarol ac effeithiol. Mae'n dal i gael ei ddefnyddio mewn meddygaeth heddiw.



## Sut ydyn ni'n gwybod am y defnydd meddyginiaethol o fêl?

Mae'r defnydd o fêl yn cael ei ddisgrifio mewn testunau meddygol o'r hen fyd hyd at heddiw.