

## Arolwg Heintiadau COVID-19

# Taflen wybodaeth i gyfranogwyr ar gyfer Oedolion

(gan gynnwys rhieni a gofalwyr)  
a Phobl Ifanc 16 oed a throsodd



Cyswllt yr astudiaeth: **0800 917 9323**

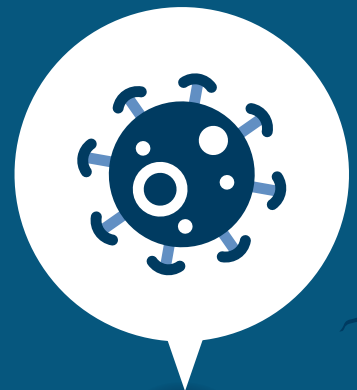
[www.COVIDSurvey.ons.gov.uk](http://www.COVIDSurvey.ons.gov.uk)

[cy.ons.gov.uk/cis](http://cy.ons.gov.uk/cis)

# Arolwg Heintiadau COVID-19

## Hoffem eich gwahodd i gymryd rhan yn ein harolwg ymchwil.

Cyn i chi benderfynu, mae'n bwysig eich bod yn deall pam mae'r gwaith ymchwil yn cael ei wneud a'r hyn y byddai'n ei olygu i chi. Treuliwch amser yn darllen y wybodaeth hon a'i thrafod ag eraill os byddwch yn dymuno. Os oes unrhyw beth yn aneglur, neu os hoffech gael rhagor o wybodaeth, **ffoniwch 0800 917 9323**.



Mae'n bwysig deall mai astudiaeth ymchwil yw hon, ac nid rhaglen brofi. Byddwn yn anfon canlyniadau profion y cyfranogwyr o'r arolwg atynt ond efallai na fydd hyn yn digwydd mor gyflym ag yr oedd canlyniadau'n arfer dod o'r rhaglenni profi cenedlaethol.

[cy.ons.gov.uk/cis](https://cy.ons.gov.uk/cis)

## Pa wybodaeth sydd yn y daflen hon?

Beth yw diben yr arolwg?	3	Beth fydd yn digwydd i'r samplau y byddaf yn eu rhoi?	17
Pam rydym yn gwneud y gwaith ymchwil hwn?	3	Beth fydd yn digwydd i fy nata?	18
Pam ydw i wedi cael gwahoddiad?	4	Dolenni defnyddiol am eich data	20
Pwy all gymryd rhan?	4	Beth fydd yn digwydd os na fyddaf am barhau â'r arolwg?	20
Oes rhaid i mi gymryd rhan?	5	Beth fydd yn digwydd os byddaf yn symud cartref?	21
Sut mae cymryd rhan?	5	Beth fydd yn digwydd ar ddiwedd yr arolwg?	21
Beth fydd yn digwydd yn ystod fy nghyfnod profi?	6	Beth os byddwn yn canfod rhywbeth annisgwyl?	21
Trefnu cludwr	9	Beth os bydd problem?	22
Citiau sydd wedi'u difrodi neu ar goll	10	Sut mae cleifion a'r cyhoedd wedi cael eu cynnwys yn yr arolwg hwn?	22
Beth fydd yn digwydd ar ôl fy nghyfnod profi cyntaf?	11	Pwy sy'n trefnu ac yn ariannu'r arolwg?	22
Beth yw'r manteision posibl sy'n gysylltiedig â chymryd rhan?	12	Pwy sydd wedi adolygu'r arolwg?	22
A fyddaf yn cael gwybod fy nghanlyniadau?	12	Mae eich barn yn hollbwysig i ni	23
Beth y dylwn ei wneud os bydd canlyniad fy mhrawf yn bositif?	13	Rhagor o wybodaeth a manylion cyswllt	23
Beth os byddaf yn datblygu symptomau?	15		
A oes unrhyw anfanteision neu risgiau posibl sy'n gysylltiedig â chymryd rhan?	16		
Beth fyddaf yn ei gael am gymryd rhan?	16		
A fydd y ffaith fy mod yn cymryd rhan yn yr arolwg yn cael ei chadw'n gyfrinachol?	17		

## Beth yw diben yr arolwg?

Mae pandemig y coronafeirws (COVID-19) wedi cael effaith sylweddol ledled y Deyrnas Unedig ac ar lefel gwlad unigol. Nod yr arolwg hwn yw canfod faint o bobl o oedrannau gwahanol:

- sy'n dal i gael COVID-19, gyda symptomau neu hebddynt
- sydd wedi cael COVID-19 o'r blaen, gyda symptomau neu hebddynt
- sydd ag ymateb imiwnyddol cryf o hyd i frechiad COVID-19

Mae hyn yn arbennig o bwysig wrth i fwy o bobl gael eu brechu rhag COVID-19 â "phigiadau atgyfnerthu" ac wrth i fwy o bobl gael COVID-19. Mae angen i ni fonitro faint o bobl sy'n cael canlyniad positif i brawf COVID-19 o hyd, gyda symptomau neu hebddynt, a gweld sut mae brechiadau a bod wedi cael COVID-19 o'r blaen, yn effeithio ar ein risg o gael COVID-19 yn y dyfodol. Mae hefyd angen i ni benderfynu pwy y gallai fod angen eu brechu yn y dyfodol.

Er bod y brechlynnau'n gweithio'n dda, nid ydynt yn atal pobl rhag cael y feirws yn llwyr, na rhag ei gael eto, ac nid yw bod wedi cael COVID-19 yn y gorffennol yn gwneud hynny chwaith. Fel unigolion, mae pob un ohonom yn ymateb yn wahanol i heintiau a brechiadau ac rydym yn ceisio deall effaith y gwahaniaethau hyn. Bydd y wybodaeth a gawn gan bobl fel chi sy'n cymryd rhan yn yr arolwg yn helpu gwyddonwyr a'r llywodraeth i benderfynu sut i ymdrin â COVID-19.

## Pam rydym yn gwneud y gwaith ymchwil hwn?

Rydym yn profi am heintiadau COVID-19 presennol drwy ddefnyddio swab a gaiff ei gymryd o wddf a thrwyn rhywun. Pan fydd unigolyn wedi gwella'n llwyr o'r haint, ni ellir dod o hyd i'r feirws yn ei wddf na'i drwyn mwyach. Ond un ffordd y mae'r corff yn ymladd yn erbyn heintiau fel COVID-19 yw drwy gynhyrchu "gwrthgyrff". Mae'n cymryd o leiaf 2-3 wythnos i'r corff gynhyrchu digon o'r gwrthgyrff hyn i ymladd yn erbyn yr haint. Pan fydd unigolyn yn gwella, bydd lefelau isel o'r gwrthgyrff hyn yn aros yn ei waed ac yn rhoi rhywfaint o amddiffyniad rhag cael ei heintio yn y dyfodol. Mae brechu rhag COVID-19 yn ffordd arall o helpu pobl i ddatblygu gwrthgyrff a all eu hamddiffyn rhag cael COVID-19.

Fodd bynnag, **nid yw pawb yn datblygu'r un faint o wrthgyrff.**

Felly mae gwyddonwyr yn ceisio mesur lefelau'r feirws a'r gwrthgyrff hyn er mwyn canfod pwy sydd â COVID-19 nawr (gyda symptomau neu hebddynt) a phwy sydd wedi'i gael yn y gorffennol, neu sydd wedi datblygu gwrthgyrff yn ei erbyn ar ôl cael eu brechu.

Fodd bynnag, mae'n bwysig iawn deall nad ydym yn gwybod eto beth yn union mae cael lefelau gwahanol o wrthgyrff yn ei olygu o ran pa mor debygol ydych chi o gael COVID-19 eto, yn enwedig gydag amrywiolion gwahanol o'r coronafeirws.

## Pam ydw i wedi cael gwahoddiad?

Os ydych yn byw yng Nghymru, Lloegr neu'r Alban, yna naill ai ar gyfer yr arolwg hwn, neu ar gyfer arolwg blaenorol a gafodd ei gynnal gan y Swyddfa Ystadegau Gwladol, cafodd eich cyfeiriad ei ddewis ar hap o gronfa ddata o'r enw AddressBase, a gaiff ei chynnal gan yr Arolwg Ordnans. Mae'n cynnwys manylion 40 miliwn o gyfeiriadau preswyl a busnes.

Os ydych yn byw yng Ngogledd Iwerddon, ar gyfer naill ai'r arolwg hwn, neu arolwg blaenorol a gafodd ei gynnal gan Asiantaeth Ystadegau ac Ymchwil Gogledd Iwerddon (NISRA), fel Arolwg Barn am COVID NISRA, cafodd eich cyfeiriad ei ddewis ar hap o Gofrestr Cyfeiriadau NISRA, sy'n seiliedig yn bennaf ar gronfa ddata POINTER y Gwasanaethau Tir ac Eiddo.

Mae eich cartref wedi cael gwahoddiad i gael profion swab am y feirws o'r gwddf a'r trwyn ac i gael profion gwaed am wrthgyrff.

## Pwy all gymryd rhan?

Yn yr arolwg hwn, rydym yn gofyn i bob oedolyn, person ifanc yn ei arddegau a phlentyn 2 oed a throsodd sy'n byw yn eich cartref ar hyn o bryd gymryd rhan.

- **Ystyr rhywun "sy'n byw yn eich cartref ar hyn o bryd"** yw rhywun sydd fel arfer yn aros dros nos yng nghyfeiriad y cartref o leiaf bedair noson allan o saith.
- **Diffinnir "cartref"** fel un person sy'n byw ar ei ben ei hun; neu grŵp o bobl (nad oes rhaid iddynt berthyn i'w gilydd) sy'n byw yn yr un cyfeiriad, ac sy'n rhannu cyfleusterau coginio ac ystafell fyw neu lolfa neu le bwyta.

Yr unig eithriad yw oedolion na allant gydsynio eu hunain. Ni fydd y ffaith eich bod yn cymryd rhan yn effeithio ar y gofal meddygol a gewch ac ni fydd effaith ar unrhyw feddyginiaeth reolaidd na meddyginiaethau eraill a gewch ar bresgripsiwn neu dros y cownter y gallech fod yn eu cymryd. Mae hefyd yn iawn i chi gymryd rhan os ydych yn cymryd rhan mewn astudiaethau ymchwil neu arolygon eraill.

Siaradwch ag unrhyw blant a phobl ifanc yn eich cartref i drafod a hoffent gymryd rhan. Mae taflenni gwybodaeth sydd wedi'u hysgrifennu'n benodol ar gyfer plant ar gael yn [www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/protocol-and-information-sheets](http://www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/protocol-and-information-sheets) neu gallwch ofyn amdanynt drwy ffonio **0800 917 9323**.

## Oes rhaid i mi gymryd rhan?

Nac oes, eich dewis chi yw cymryd rhan. Gall pawb yn eich cartref wneud dewis gwahanol – nid oes rhaid i bawb wneud yr un peth. Gall unrhyw un sy'n cymryd rhan dynnu yn ôl o'r arolwg unrhyw bryd heb roi rheswm. Gall rhieni/gofalwyr hefyd dynnu eu plentyn yn ôl o'r arolwg unrhyw bryd heb roi rheswm.

## Sut mae cymryd rhan?

I gofrestru i gymryd rhan yn yr arolwg, ffoniwch **0800 917 9323 am ddim**. Bydd angen rhif adnabod eich cartref arnoch, sydd ar eich llythyr gwahoddiad.

Yn ystod yr alwad ffôn hon, unwaith y byddwch wedi cael atebion i unrhyw gwestiynau sydd gennych, gofynnir i chi gytuno'n ffurfiol i gymryd rhan - gelwir hyn yn 'gydsyniad ar sail gwybodaeth'. Bydd angen i bawb 16 oed neu drosodd gofrestru a chydsynio eu hunain. Bydd angen i rieni neu ofalwyr gofrestru a chydsynio ar ran plant o dan 16 oed.

Os bydd plentyn hŷn neu berson ifanc yn ei ardegau (10-15 oed) yn eich cartref eisiau ymuno â'r arolwg, byddwn hefyd yn gofyn i'r plentyn neu'r person ifanc a yw'n hapus i gymryd rhan yn yr arolwg pan fyddwch yn ffonio i gofrestru. Ar gyfer plant iau sy'n 2-9 oed, byddwn yn gofyn i'w rhieni neu eu gofalwyr gadarnhau hyn, er ei bod yn bwysig bod y plentyn hefyd yn cytuno.

Yn ystod yr alwad cofrestru, gofynnir i un person am nifer ac oed y bobl sy'n byw yn y tŷ a all fod am gymryd rhan hefyd. Byddwn hefyd yn gofyn rhai cwestiynau am bob person 2 oed a throsodd yn eich cartref sydd am gymryd rhan, gan gynnwys:

- Rhyw
- Ethnigrwydd
- Dyddiad geni

Gallwch ffonio rhwng 9am a 9pm o ddydd Llun i ddydd Iau, rhwng 9am ac 8pm ar ddydd Gwener, a rhwng 9am a 5pm ar ddydd Sadwrn a dydd Sul. Os bydd y llinell ffôn yn brysur, byddwn yn anelu at eich ffonio yn ôl cyn gynted â phosibl.

Os oes gennych anghenion hygyrchedd a bod angen cymorth ychwanegol arnoch, ffoniwch **0800 917 9323** neu e-bostiwch **[iqvia.covid19survey@nhs.net](mailto:iqvia.covid19survey@nhs.net)**

**Yn ddelfrydol, dylai pawb yn eich cartref a hoffai gymryd rhan fod ar gael pan fyddwch yn ffonio.** Os na fydd rhywun sydd am gymryd rhan ar gael pan fyddwch yn ein ffonio ni, bydd gan yr unigolyn 7 diwrnod wedi hynny i ffonio ei hun. Os na fydd yn ffonio o fewn 7 diwrnod, ni all gymryd rhan. Unwaith y byddwch wedi cytuno i ymuno â'r arolwg, y tro nesaf y byddwch yn clywed gennym fydd pan fyddwn yn anfon copi o'ch ffurflen gydsynio, eich rhif adnabod cyfranogwr unigryw, canllaw cam wrth gam am yr hyn a fydd yn digwydd yn yr arolwg a chanllawiau ar sut i gymryd eich samplau atoch.

Mae eich rhif adnabod cyfranogwr yn rhif â chod sy'n unigryw i chi y bydd yr arolwg yn ei ddefnyddio i gysylltu eich canlyniadau yn y prawf a'ch data yn yr holiadur heb orfod defnyddio eich enw.

Byddwn yn postio citiau profi swab a gwaed at bawb yn eich cartref sy'n ymuno â'r arolwg. Byddwn hefyd yn gofyn i bob person sy'n ymuno â'r arolwg ateb rhai cwestiynau ar-lein neu dros y ffôn, yn dibynnu ar beth fyddai'n well ganddynt, pan fyddant yn cymryd eu samplau.

Byddwn yn dweud wrthyhych pan fydd y citiau profi ar fin cael eu postio atoch drwy e-bost neu lythyr, yn dibynnu ar beth sydd well gennych. Byddwn hefyd yn dweud wrthyhych pryd mae eich **"cyfnod profi"**. Eich cyfnod profi yw nifer y diwrnodau sydd gennych i ateb y cwestiynau yn yr holiadur, a chymryd a dychwelwyd eich samplau swab a gwaed. **Caiff pawb yn eich cartref sy'n ymuno â'r arolwg yr un cyfnod profi.** Rydym yn rhoi cyfnod profi i chi fel y gallwch gymryd rhan ar adeg sy'n gyfleus i chi.

Ein nod yw dechrau eich cyfnod profi cyntaf tua 16 diwrnod ar ôl i'r person cyntaf yn eich cartref gofrestru, ond efallai y bydd yn cymryd mwy o amser na hyn os bydd llawer o bobl yn cofrestru ar gyfer yr arolwg ar yr un pryd. Mae hyn yn rhoi amser i bobl eraill yn eich cartref ffonio i ymuno â'r arolwg eu hunain, ac i ni roi digon o rybudd i chi o ran pryd fydd eich cyfnod profi cyntaf.

## **Beth fydd yn digwydd yn ystod fy nghyfnod profi?**

Byddwn yn gofyn i bawb yn eich cartref sy'n 2 oed a throsodd ac sy'n ymuno â'r arolwg roi sampl swab o'u gwddf a'u trwyn gan ddefnyddio cit y byddwn yn ei anfon atoch drwy'r post. Mae'r citiau profi yn ffitio drwy'r drws.

I ddechrau, byddwn yn gofyn i chi gymryd eich sampl swab a chwblhau eich holiadur unwaith yr wythnos, am 4 wythnos yn olynol. Bydd y 4 cyfnod profi cyntaf hyn yn 7 diwrnod o hyd, oherwydd byddwn yn gofyn i chi gymryd eich samplau a chwblhau'r holiadur unwaith yr wythnos. Os byddwch yn cytuno, hoffem i chi hefyd gymryd sampl gwaed gyda'ch sampl swab cyntaf. Mae cael tua wythnos rhwng y diwrnodau y byddwch yn cymryd eich samplau ac yn cwblhau eich holiadur ar gyfer y cyfnodau profi wythnosol hyn yn golygu y gallwn ganfod unrhyw newidiadau yng nghanlyniadau eich profion yn well.

Yna, byddwn yn gofyn i chi gymryd eich samplau swab a gwaed a chwblhau eich holiadur unwaith y mis o'ch cyfnod profi cyntaf nes i'r arolwg ddod i ben. Bydd y cyfnodau profi misol hyn yn 14 diwrnod o hyd.

Byddwn yn dweud wrthyhych drwy e-bost neu lythyr, yn dibynnu ar beth fyddai'n well gennych, pan fydd y citiau profi ar fin cael eu postio atoch a dyddiadau eich cyfnod profi. Bydd dewis cael y wybodaeth hon drwy e-bost yn gyflymach, gan na fydd yn rhaid i chi aros i'r llythyr gael ei anfon. Caiff yr e-bost ei anfon gan **[noreply@medcomms.iqvia.com](mailto:noreply@medcomms.iqvia.com)**

Yn ystod pob cyfnod profi, byddwn yn gofyn i chi wneud y canlynol:

- 1 Yn gyntaf, cymryd eich samplau swab a gwaed
- 2 Wedyn, cwblhau a chyflwyno'r holiadur
- 3 Wedyn, anfon eich samplau yn ôl atom

**Dylech wneud y tri pheth ar yr un diwrnod ac yn ystod eich cyfnod profi.**

**Gallwch wneud hyn ar ddiwrnod gwahanol i unrhyw un arall yn eich cartref sy'n rhan o'r arolwg, cyn belled â'i fod yn ystod y cyfnod profi.**

Bydd y swab yn dweud wrthym a oes gennych COVID-19 ar hyn o bryd – dylech gymryd eich swab hyd yn oed os byddwch yn meddwl neu'n gwybod bod gennych COVID-19 er mwyn gwneud yn siŵr ein bod yn gwybod hyn. Mae cymryd y swab yn broses hawdd; mae'r un prawf swab wedi cael ei ddefnyddio yn y rhaglenni profi cenedlaethol. Gall unrhyw un sy'n 12 oed a throsodd gymryd y swab ei hun. Byddwn yn gofyn i'r rhiant/gofalwr gymryd y swab gan blant 2-11 oed. Mae'r swabiau yr un maint â'r rhai a gaiff eu defnyddio ar gyfer plant fel arfer.

Hoffem hefyd i **bobl 16 oed neu drosodd** gymryd sampl gwaed i fesur lefelau gwrthgyrff. Byddwch yn gwneud hyn eich hun drwy gymryd ychydig bach o waed (tua 0.5ml) o bigiad bys, gan ddefnyddio cit y byddwn yn ei anfon atoch drwy'r post hefyd.

Os nad ydych yn dymuno gwneud y rhan hon o'r arolwg, nid oes rhaid i chi wneud hynny. Gallwch hefyd newid eich meddwl yn ystod pob cyfnod profi.

Byddwn yn anfon rhagor o wybodaeth atoch am sut i gymryd sampl swab a gwaed ar ôl i chi ffonio i ymuno â'r arolwg. Gallwch ofyn am gopi papur drwy ffonio **0800 917 9323** neu gallwch ddarllen y canllawiau ar-lein yn **[www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/protocol-and-information-sheets](http://www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/protocol-and-information-sheets)**

Gallwch wyllo fideo sy'n dangos sut i gymryd eich gwaed gan ddefnyddio prawf pigiad bys a fideo am sut i gymryd swab yn **[www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/guides](http://www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/guides)**

Bydd yr holiadur y gofynnwn i chi ei lenwi yn ystod pob cyfnod profi yn gofyn i chi am y canlynol:

- unrhyw symptomau a all fod gennych nawr
- cysylltiadau â rhywun sydd wedi cael COVID-19
- cysylltiadau sydd gennych y tu allan i'r cartref, gan gynnwys teithio dramor
- galwedigaeth a chwestiynau am waith, neu am yr ysgol i'r rhai sydd yn yr ysgol o hyd
- a ydych wedi cael COVID-19 yn y gorffennol, a'r symptomau oedd gennych bryd hynny





- a oes gennych symptomau parhaus ar ôl cael COVID-19 (a elwir yn “COVID hir”)
- eich iechyd yn gyffredinol, gan gynnwys brechiadau COVID-19 a’r fflw

Os byddwch yn cymryd rhan, byddwn yn gofyn i chi gymryd eich samplau swab a gwaed cyn cwblhau’r holiadur, gan y byddwn yn gofyn rhai cwestiynau i chi am y samplau.

Bydd angen eich **rhif adnabod cyfranogwr** arnoch i gwblhau’r holiadur. Rhif cod yw hwn sy’n unigryw i chi y bydd yr arolwg yn ei ddefnyddio i gysylltu eich canlyniadau yn y prawf a’ch data yn yr holiadur heb orfod defnyddio eich enw. Byddwn yn anfon hwn atoch os byddwch yn cytuno i ymuno â’r arolwg.

Er mwyn sicrhau bod yr arolwg yn cael ei gynnal yn gywir, byddwn yn ffonio nifer bach o gyfranogwyr i ofyn sut oedd eu cyfnod profi. Nid oes angen i chi gymryd y galwadau hyn os nad ydych yn dymuno gwneud hynny.

**I gwblhau’r holiadur ar-lein, byddwch yn mynd i [www.COVIDSurvey.ons.gov.uk](http://www.COVIDSurvey.ons.gov.uk)** ar ôl cymryd eich samplau.

Os na allwch gwblhau’r holiadur ar-lein, gallwch **gwblhau’r holiadur dros y ffôn drwy ffonio 0800 917 9323**.

Bydd angen i chi ffonio ar ôl cymryd eich samplau, a hynny rhwng 9am a 9pm o ddydd Llun i ddydd Iau, rhwng 9am ac 8pm ar ddydd Gwener, a rhwng 9am a 5pm ar ddydd Sadwrn a dydd Sul. Os bydd y llinell ffôn yn brysur, byddwn yn anelu at eich ffonio yn ôl cyn gynted â phosibl.

**Os na fydd modd i chi gymryd eich samplau a chwblhau’r holiadur yn ystod y cyfnod profi, neu os na fyddwch yn dymuno cymryd rhan y tro hwnnw,** gallwch roi gwybod i ni ar-lein yn **[www.COVIDSurvey.ons.gov.uk](http://www.COVIDSurvey.ons.gov.uk)** neu drwy ffonio **0800 917 9323**. Bydd gennych bedwar diwrnod i roi gwybod i ni na fyddwch yn cymryd rhan bob tro. Mae’n bwysig iawn eich bod yn rhoi gwybod i ni os na allwch gymryd eich samplau, fel y gallwch leihau gwastraff a gwneud yn siŵr nad ydym yn anfon citiau profi atoch na chânt eu defnyddio. Os byddai’n well gennych beidio â chymryd sampl gwaed yn ystod unrhyw gyfnod profi, gallwch ddewis cymryd eich sampl swab a chwblhau’r holiadur yn unig. Os byddwch yn rhoi gwybod i ni, mae hyn yn golygu na fyddwn yn anfon cit profi gwaed atoch ar gyfer y cyfnod profi hwnnw. Gallwch hefyd benderfynu ar y diwrnod a ydych am gymryd sampl gwaed ai peidio.

Rydym yn deall y gall cynlluniau newid. Os na fyddwch yn rhoi gwybod i ni na allwch gymryd eich samplau o fewn pedwar diwrnod, bydd hyn yn iawn **ond bydd angen i chi daflu eich citiau profi yn eich bin gwastraff y cartref**. Mae'n bwysig nad ydych yn cadw'r citiau profi nac yn gadael i neb arall eu defnyddio, oherwydd bod y codau bar y byddwn yn eu hanfon atoch bob tro yn benodol i bob unigolyn a phob cyfnod profi. Os na fyddwch yn cymryd rhan mewn un cyfnod profi, byddwn yn cysylltu â chi yn ôl yr arfer cyn eich cyfnod profi nesaf. Peidiwch â dychwelyd unrhyw gitiau profi nad ydynt wedi'u defnyddio i ni.

Byddwn yn gofyn i chi ddychwelyd eich samplau drwy **un o flychau post blaenoriaeth y Post Brenhinol** lle bynnag y bo modd. Math arbennig o flwch post y cesglir ohono'n amlach yw blwch post blaenoriaeth.

Er mwyn i'r broses o ddychwelyd y samplau fod mor hawdd â phosibl i chi, rydym eisoes wedi talu'r costau postio. Gallwch ddod o hyd i'ch blwch post blaenoriaeth agosaf a'r amseroedd casglu yn [www.royalmail.com/services-near-you#/](http://www.royalmail.com/services-near-you#/) Os na allwch fynd ar y rhyngwyd, gallwn chwilio am eich blwch post blaenoriaeth agosaf pan fyddwch yn ffonio ni i roi gwybod yr hoffech gymryd rhan yn yr arolwg.

Os na allwch gyrraedd y blwch post blaenoriaeth eich hun, gall rhywun arall fynd â'r samplau i'r blwch post ar eich rhan, gan gynnwys rhywun o'r tu allan i'ch cartref.

## Trefnu cludwr

Os na allwch ddod o hyd i rywun i'ch helpu, gallwch drefnu i gludwr a delir ymlaen llaw gasglu eich samplau. Bydd cludwyr ar gael o ddydd Llun i ddydd Gwener, ac mae'n bosibl y bydd angen i chi aros gartref am hyd at 4 awr er mwyn i gludwr gasglu eich samplau, ond gall hyn fod ar unrhyw adeg yn ystod y dydd.

Gallwch **drefnu i gludwr** gasglu eich samplau **os** bydd un o'r canlynol yn wir:

- Nid oes blychau post blaenoriaeth y Post Brenhinol yn eich ardal
- Cewch eich ystyried yn agored i niwed neu'n eithriadol o agored i niwed yn glinigol
- Rydych yn rhy sâl i adael eich cartref
- Rydych yn ei chael hi'n anodd mynd o le i le
- Ni allwch gyrraedd un o flychau post blaenoriaeth y Post Brenhinol heb ddefnyddio trafndiaeth gyhoeddus

Pan fyddwch yn rhoi gwybod i ni eich bod yn fodlon cymryd rhan, byddwn yn gofyn p'un a allwch chi neu rywun arall ddychwelyd eich samplau drwy flwch post blaenoriaeth neu a fydd angen cludwr arnoch ac, os felly, pam. Byddwn yn cofio eich dewis ar gyfer pob un o'ch cyfnodau profi.

**Os ydych wedi dweud wrthym fod angen i gludwr gasglu eich samplau, bydd angen i chi ddilyn y camau hyn ym mhob cyfnod profi:**

- Pan fyddwn wedi dweud wrthyhch pryd fydd eich cyfnod profi yn dechrau, dylech drefnu i gludwr gyrraedd ar **ddiwrnod penodol o ddydd Llun i ddydd Gwener** yn ystod eich cyfnod profi.
- I wneud hyn ar-lein, ewch i **[www.COVIDSurvey.ons.gov.uk](http://www.COVIDSurvey.ons.gov.uk)** neu gallwch ffonio **0800 917 9323** rhwng 9am a 9pm o ddydd Llun i ddydd Iau, rhwng 9am ac 8pm ar ddydd Gwener, a rhwng 9am a 5pm ar ddydd Sadwrn a dydd Sul.
- **Rhaid i chi aros tan y diwrnod y bydd y cludwr yn cyrraedd i gymryd eich samplau a chwblhau'r holiadur, ond sicrhewch eich bod yn gwneud hyn cyn i'r cludwr gyrraedd.**
- Byddwch yn trefnu diwrnod i'r cludwr gasglu eich samplau. Yn agosach at y diwrnod, cewch gynnig slot 4 awr ond gall hyn fod ar unrhyw adeg yn ystod y diwrnod hwnnw, yn dibynnu ar y cludwr. Bydd angen i rywun fod yn eich cartref yn ystod y cyfnod hwn er mwyn rhoi eich samplau i'r cludwr.

**Ni fyddwch yn** gallu trefnu amser newydd i'r cludwr gyrraedd os byddwch yn colli'r amser gwreiddiol, felly mae'n bwysig sicrhau bod rhywun ar gael yn ystod y cyfnod dan sylw.

Os byddwch fel arfer yn dychwelyd eich samplau drwy flwch post blaenoriaeth, ond bod rhywbeth yn newid ar gyfer un cyfnod profi sy'n golygu bod angen i chi ddefnyddio cludwr, ffoniwch **0800 917 9323**.

## **Citiau sydd wedi'u difrodi neu ar goll**

Os bydd eich cit swab **neu** waed yn cyrraedd wedi'i difrodi, ond bod cyflwr y cit arall yn iawn, byddwch yn cael taleb o hyd, os gwnaethoch ddewis cael un, os byddwch yn cwblhau eich holiadur ac yn cymryd sampl swab neu waed yn ystod eich cyfnod profi.

**Os bydd y ddau git profi yn cyrraedd wedi'u difrodi neu â darnau ar goll**, sy'n annhebygol, rhowch wybod i ni fel y gallwn wella'r sefyllfa i chi ac eraill yn y dyfodol. Gallwch roi gwybod i ni drwy'r holiadur yn **[www.COVIDSurvey.ons.gov.uk](http://www.COVIDSurvey.ons.gov.uk)** neu drwy ffonio **0800 917 9323**. Yn anffodus, ni fydd amser gennym i anfon citiau profi newydd atoch yn ystod eich cyfnod profi ac felly ni fydd modd i chi gymryd eich samplau na bod yn gymwys i gael taleb y tro hwn.

## Beth fydd yn digwydd ar ôl fy nghyfnod profi cyntaf?

- I ddechrau byddwch yn cael cyfnod profi 7 diwrnod bob wythnos am 4 wythnos yn olynol.
- Yna byddwch yn cael cyfnodau profi 14 diwrnod bob mis o'ch cyfnod profi cyntaf nes i'r arolwg ddod i ben.

Os byddwch yn cytuno i roi gwaed y tro cyntaf, hoffem i chi roi gwaed eto bob mis, ond nid yn ystod wythnosau 1, 2 na 3. [Gallwch benderfynu ar y diwrnod p'un a ydych am roi gwaed bob tro ai peidio.](#)

Byddwn yn cysylltu'r wybodaeth a gawn gennych chi yn yr arolwg hwn â data iechyd gan y GIG, Asiantaeth Diogelwch Iechyd y Deyrnas Unedig a SYG, neu'r cyrff cenedlaethol cyfatebol yng Nghymru, Gogledd Iwerddon a'r Alban, er mwyn cadarnhau eich statws iechyd ac a ydych wedi bod i'r ysbyty neu at feddyg teulu neu wedi cael prawf arall am COVID-19 yn rhywle arall. Bydd hyn er mwyn ceisio penderfynu beth mae angen i ni ei wneud i gadw'r GIG i fynd yn ystod y pandemig hwn a dros y blynyddoedd nesaf. Byddwn yn gwneud hyn am hyd at 15 mlynedd ar ôl eich cyfnod profi olaf. Byddwn yn defnyddio eich enw, eich cyfeiriad, eich dyddiad geni a'ch rhyw i wneud hyn. Byddwn yn gwneud hyn o fis Ionawr 2016 ymlaen. Y rheswm dros hyn yw nad yw'n glir a allai bod wedi cael COVID-19, gyda symptomau neu hebddynt, wneud pobl yn fwy tebygol o gael cyflyrau hirdymor eraill fel diabetes, clefyd y galon neu ddementia yn y dyfodol. Gan ein bod yn profi pobl bob mis yn yr arolwg, mae gennym syniad da iawn o bwy sydd wedi cael COVID-19 a phwy sydd heb – p'un a oeddent yn gwybod hynny ar y pryd ai peidio. Mae hyn yn golygu bod yr arolwg yn un o'r astudiaethau gorau er mwyn gweld a fydd pobl yn datblygu cyflyrau eraill yn y dyfodol. Y rheswm dros gysylltu data yn ôl i fis Ionawr 2016 (4 blwyddyn calendr cyn dechrau'r epidemig) yw i wneud yn siŵr ein bod yn ystyried cyflyrau a oedd gan bobl cyn iddynt ymuno â'r arolwg, oherwydd nid ydym yn gofyn cwestiynau am hyn fel rhan o'r arolwg. Byddai'r cysylltiad hwn yn cael ei wneud yn ystod yr arolwg – er enghraifft, i ddarganfod effaith cael COVID-19 neu gael eich brechu ar ba mor aml y mae'n rhaid i bobl fynd i'r ysbyty neu weld eu meddyg teulu – ac ar ôl i bobl roi'r gorau i gymryd rhan yn yr arolwg.

Os ydych yn hapus i ni wneud hynny, byddwn yn anfon gwybodaeth atoch am astudiaethau eraill sydd wedi'u cymeradwyo gan Bwyllgor Moeseg Ymchwil neu raglenni sydd wedi'u cymeradwyo gan Asiantaeth Diogelwch Iechyd y Deyrnas Unedig neu'r Adran Iechyd a Gofal Cymdeithasol fel y gallech gysylltu â nhw pe bai gennych ddiddordeb mewn cymryd rhan yn eu hastudiaethau nhw hefyd. Nid oes rhaid i chi gytuno i gymryd rhan yn yr arolwg hwn, ac nid oes rhaid i chi gymryd rhan mewn unrhyw astudiaethau eraill y byddwn yn anfon gwybodaeth atoch amdanynt.

Mae rhestr o'r astudiaethau ymchwil a'r rhaglenni cymeradwy hyn i'w gweld yn [www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/other\\_studies](http://www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/other_studies) Er enghraifft, mae astudiaeth dan arweiniad Genomics England yn ceisio canfod a oes ffactorau genetig sy'n golygu y bydd rhai pobl yn profi symptomau difrifol COVID-19 tra bydd eraill yn profi symptomau ysgafn yn unig. Os byddwch yn cael prawf swab positif, gallwch gofrestru ar gyfer hyn eich hun yn [covid.genomicc.org/](http://covid.genomicc.org/) Gallwch hefyd ymuno â'r arolwg hwn os yw eich prawf gwaed yn bositif am wrthgyrff i COVID-19.

## Beth yw'r manteision posibl sy'n gysylltiedig â chymryd rhan?

Bydd cymryd rhan yn yr arolwg hwn yn ein helpu ni i ddeall mwy am COVID-19 ac effaith brechiadau, a bod wedi cael COVID-19 yn flaenorol, ar y risg o gael COVID-19 yn y dyfodol. Mae'r wybodaeth hon yn ddefnyddiol iawn er mwyn helpu'r wlad i adfer yn dilyn COVID-19 a phenderfynu sut y byddwn yn ei reoli yn y tymor hir.

Byddwch yn cael gwybod canlyniadau eich prawf swab a'ch prawf gwaed, ac ni fydddech wedi cael hynny fel arall.

## A fyddaf yn cael gwybod fy nghanlyniadau?

Byddwch, bydd eich canlyniadau'n cael eu rhannu â chi. Gallwch ddewis p'un a fydd hyn drwy e-bost neu lythyr. Bydd rhieni/gofalwyr yn cael y canlyniadau ar gyfer eu plant.

Astudiaeth ymchwil yw Arolwg Heintiadau COVID-19, nid rhaglen brofi. Mae hyn yn golygu efallai na chewch y canlyniadau hyn mor gyflym ag yr oedd canlyniadau yn arfer dod o'r prif raglenni profi cenedlaethol. Yn yr arolwg, mae'n cymryd 2-3 diwrnod i'r swabiau gyrraedd y labordai, ac yna gall gymryd hyd at 3-4 diwrnod i wneud y profion. Caiff y canlyniadau eu hanfon yn ôl bob bore yn ystod y wythnos o'r labordai. Unwaith y daw'r canlyniadau yn ôl, cânt eu paru â chyfranogwyr drwy godau bar y samplau, ac yna caiff negeseuon e-bost neu lythyrau eu hanfon. Felly bydd fel arfer yn cymryd wythnos i bobl gael canlyniadau eu profion swab drwy e-bost, ac o leiaf 9-10 diwrnod iddynt eu cael drwy lythyr. Bydd fel arfer yn cymryd o leiaf wythnos i bobl gael canlyniadau eu profion gwaed drwy e-bost, neu o leiaf bythefnos iddynt eu cael drwy lythyr. Caiff eich canlyniad gwrthgyrff ei ddychwelyd fel canlyniadau positif neu negatiff yn unol â'r gymeradwyaeth ar gyfer y prawf os na fydd y prawf yn methu.

Os bydd eich canlyniad yn bositif, byddwn yn dweud wrthy ch a oes lefel safonol neu uwch o wrthgyrff. Cafodd y trothwy gwrthgyrff safonol ei weithio allan cyn i frechlynnau'r coronafeirws (COVID-19) gael eu datblygu.

Mae ein cyrff yn ymateb i heintiadau a brechiadau mewn ffyrdd ychydig yn wahanol. Mae'r ffaith bod rhywun wedi cael COVID-19 o'r blaen fel arfer yn cryfhau ei imiwnedd yn fwy na brechiad. I gael lefel debyg o ddiogelwch o frechiad yn unig, mae angen lefel uwch o wrthgyrff. Yn seiliedig ar yr holl brofion gwaed mae pobl yn yr arolwg wedi'u gwneud, rydym bellach wedi gweithio allan faint yn fwy. Gwnaethom gymharu'r ffordd y mae'r risg o heintiadau COVID-19 newydd yn newid ar draws lefelau gwahanol o wrthgyrff ar gyfer amrywiolyn Delta, sef yr amrywiolyn mwyaf cyffredin pan wnaed yr ymchwil hon. Mae'r lefel uwch o wrthgyrff yn rhoi 67% yn llai o risg o gael eich heintio â COVID-19 ag amrywiolyn Delta ar ôl dau frechiad, o gymharu â rhywun nad oedd wedi ei frechu ac nad oedd wedi cael COVID-19 o'r blaen [cy.ons.gov.uk/cis](https://www.gov.uk/cis)

Hwyrach y bydd angen trothwyon hyd yn oed yn uwch i gael diogelwch tebyg yn erbyn amrywiolyn Omicron. Rydym yn dal i ddysgu am wrthgyrff a COVID-19, a byddwn yn defnyddio'r samplau gwaed mae pobl yn eu rhoi i weithio allan pa lefelau y gall fod eu hangen i roi diogelwch tebyg rhag amrywiolyn Omicron.

Nid oes angen i chi wneud dim yn wahanol mewn ymateb i'ch canlyniadau gwrthgyrff. Y rheswm dros hyn yw mai dim ond un o'r ffyrdd y mae ein cyrff yn ymladd haint yw gwrthgyrff. Mae rhannau eraill o'n system imiwnedd, megis celloedd-T, hefyd yn helpu. Gall lefelau gwrthgyrff hefyd newid dros amser – mae hyn yn rhan arferol o'r ffordd y mae ein systemau imiwnedd yn gweithio.

Fel pob prawf, nid yw'r prawf swab gwddf a thrwyn yn berffaith, felly mae'n bosibl cael "canlyniad positif anghywir" (mae canlyniad y prawf yn bositif ond nid oes gennych yr haint) a "chanlyniad negatif anghywir" (mae canlyniad y prawf yn negatif ond mae gennych yr haint). Fodd bynnag, mae cyfradd positif anghywir y prawf swab rydym yn ei ddefnyddio yn is na 0.005%, sy'n golygu y bydd llai na 1 o bob 20,000 o bobl nad oes ganddynt yr haint fydd yn cael canlyniad positif fydd yn anghywir. Mae'r siawns bod unrhyw ganlyniad positif unigol yn gywir yn dibynnu ar bethau eraill sy'n effeithio ar y siawns bod wir gennych COVID 19 (fel faint o bobl eraill sydd wedi'u heintio ar y pryd, a oes gennych unrhyw symptomau ac a ydych yn gwybod eich bod wedi bod mewn cysylltiad â rhywun arall sydd â COVID-19, hyd yn oed os nad ydych yn gwybod hynny). Ond mae'r gyfradd positif anghywir isel iawn yn golygu os byddwch yn cael canlyniad prawf positif ei bod hi'n debygol iawn eich bod wedi'ch heintio â COVID-19 pan wnaethom gasglu'r swab. Beth bynnag fo'r canlyniadau, mae hefyd yn hanfodol eich bod yn parhau i ddilyn canllawiau'r llywodraeth.

## **Beth y dylwn ei wneud os bydd canlyniad fy mhrawf yn bositif?**

**Os bydd un o'ch swabiau gwddf a thrwyn yn profi'n bositif**, cyn gynted ag y daw'r canlyniad yn ôl o'r labordai byddwn yn ei rannu â'r cyrff iechyd y cyhoedd cenedlaethol perthnasol.

Yna mae'n bosibl y bydd y cyrff yn cysylltu â chi drwy neges destun, e-bost neu alwad ffôn, a gall hyn fod cyn i chi gael y canlyniad positif hwn yn ôl o'r arolwg. Dilynwch gyngor y cyrff. [Dilynwch gyngor y cyrff.](#)

Os bydd eich swab gwddf a thrwyn yn profi'n positif, yna dylech chi a phawb yn eich cartref ddilyn y canllawiau [sydd i'w gweld yn:](#)

Lloegr: [www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms/main-symptoms/](http://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms/main-symptoms/)

Cymru: [gov.wales/contact-tracing-if-you-have-tested-positive](http://gov.wales/contact-tracing-if-you-have-tested-positive)

Yr Alban: [www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19](http://www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19)

Gogledd Iwerddon: [www.publichealth.hscni.net/covid-19-coronavirus/covid-19-information-public](http://www.publichealth.hscni.net/covid-19-coronavirus/covid-19-information-public)

Nid yw tua hanner y bobl yn yr arolwg sy'n cael profion positif yn nodi bod ganddynt symptomau, [felly peidiwch â chymryd yn ganiataol bod y prawf yn anghywir.](#)

Dylech fod yn ymwybodol y gall rhai pobl barhau i fod yn positif ar swab gwddf a thrwyn am sawl wythnos ar ôl iddynt brofi'n positif gyntaf. Nid yw hyn yn golygu eu bod yn dal yn heintus; dim ond yn ystod yr 1-2 wythnos gyntaf y mae astudiaethau wedi gallu tyfu feirws byw gan bobl ar ôl iddynt gael COVID-19.

Dilynwch y canllawiau diweddaraf yn eich gwlad:

Lloegr: [www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms-and-what-to-do/](http://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms-and-what-to-do/)

Cymru: [gov.wales/contact-tracing-if-you-have-tested-positive](http://gov.wales/contact-tracing-if-you-have-tested-positive)

Yr Alban: [www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19](http://www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19)

Gogledd Iwerddon: [www.publichealth.hscni.net/covid-19-coronavirus/covid-19-information-public](http://www.publichealth.hscni.net/covid-19-coronavirus/covid-19-information-public)

Fel sy'n ofynnol yn ôl y gyfraith, os byddwch yn cael canlyniad positif mewn unrhyw wlad, neu os byddwch yn cael canlyniad negatif yn Lloegr, byddwn yn rhannu ychydig o'ch data personol (gan gynnwys eich enw, manylion cyswllt, cod post ac ethnigrwydd) â'r canlynol:

Asiantaeth Diogelwch Iechyd y Deyrnas Unedig: [www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/](http://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/)

Iechyd Cyhoeddus Cymru: [gov.wales/contact-tracing-if-you-have-tested-positive/](http://gov.wales/contact-tracing-if-you-have-tested-positive/)

Asiantaeth Iechyd y Cyhoedd: [www.publichealth.hscni.net/covid-19-coronavirus/testing-and-tracing-covid-19](http://www.publichealth.hscni.net/covid-19-coronavirus/testing-and-tracing-covid-19)

NHS Inform: [www.nhsinform.scot](http://www.nhsinform.scot)

## Drwy gymryd rhan yn yr arolwg hwn byddwch yn cytuno i'r datgeliad hwn ddigwydd.

Mae'n bwysig cofio mai prawf i weld a oes gennych COVID-19 ar hyn o bryd yw'r swab gwddf a thrwyn. Mae prawf gwrthgyrff positif yn golygu eich bod wedi dod i gysylltiad â COVID-19 ar ryw adeg yn y gorffennol neu eich bod wedi cael eich brechu rhag COVID-19 ar ryw adeg yn y gorffennol.

- i** Nid yw o reidrwydd yn golygu eich bod wedi'ch heintio â'r feirws nawr, ond, os ydych wedi cael prawf swab positif yn ddiweddar, mae'r prawf gwrthgyrff positif yn gysylltiedig â'r heintiad hwn, fwy na thebyg.

### Beth os byddaf yn datblygu symptomau?

Os byddwch yn datblygu symptomau COVID-19, mae'n bwysig iawn eich bod yn dilyn y canllawiau ar hunanynysu sydd i'w gweld yn:

Lloegr: [www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms-and-what-to-do/](http://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms-and-what-to-do/)

Cymru: [gov.wales/contact-tracing-if-you-have-tested-positive/](http://gov.wales/contact-tracing-if-you-have-tested-positive/)

Yr Alban: [www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19](http://www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19)

Gogledd Iwerddon: [www.publichealth.hscni.net/covid-19-coronavirus/covid-19-information-public](http://www.publichealth.hscni.net/covid-19-coronavirus/covid-19-information-public)

Hyd yn oed os ydych wedi cael prawf swab diweddar yn yr arolwg hwn ac wedi datblygu symptomau, peidiwch ag aros am ei ganlyniadau cyn dilyn y canllawiau.

Os nad ydych wedi cael prawf swab diweddar yn yr arolwg, dilynwch y canllawiau ar gael prawf:

Lloegr: [www.gov.uk/guidance/coronavirus-covid-19-getting-tested](http://www.gov.uk/guidance/coronavirus-covid-19-getting-tested)

Cymru: [www.gov.wales/apply-coronavirus-covid-19-test](http://www.gov.wales/apply-coronavirus-covid-19-test)

Yr Alban: [www.gov.scot/publications/coronavirus-covid-19-getting-tested/pages/arrange-a-test/](http://www.gov.scot/publications/coronavirus-covid-19-getting-tested/pages/arrange-a-test/)

Gogledd Iwerddon: [www.publichealth.hscni.net/covid-19-coronavirus/testing-and-tracing-covid-19](http://www.publichealth.hscni.net/covid-19-coronavirus/testing-and-tracing-covid-19)



## A oes unrhyw anfanteision neu risgiau posibl sy'n gysylltiedig â chymryd rhan?

Yr anfanteision yw:

- Amser ac anghyfleustra gorfod cymryd y samplau a chwblhau'r holiadur a naill ai eu dychwelyd drwy flwch post blaenoriaeth neu drwy drefnu i gludwr eu casglu yn eich cartref
- Efallai y byddwch yn canfod eich bod wedi cael COVID-19 heb sylweddoli eich bod wedi'i gael
- Pan gymerir gwaed o bigiad bys, efallai y bydd angen i chi bigo sawl bys i gael digon o waed ac efallai y bydd eich bysedd yn brifo am ychydig ddyddiau wedi hynny.
- Mae risg fach y byddwch yn llewygu; dylech ond gwneud y prawf gwaed os byddwch yn teimlo'n iach ar y diwrnod. Os byddwch yn dechrau teimlo'n sâl, rhowch y gorau iddi ar unwaith ac os yw'n bosibl gofynnwch i rywun arall o'ch cartref aros gyda chi. Os ydych wedi llewygu yn ystod prawf gwaed o'r blaen, mae'n iawn peidio gwneud y prawf gwaed. Pethau y gallwch eu gwneud i wneud y risg o lewygu yn llai pan fyddwch yn gwneud y prawf
- Gwnewch yn siŵr eich bod wedi yfed digon o ddŵr a'ch bod wedi bwyta.
- Eisteddych pan fyddwch yn gwneud y prawf ac os byddwch yn teimlo'n sâl ar unrhyw adeg (yn chwil, yn gyfogyd, yn benysgafn, neu'n chwysu) rhowch y gorau i wneud y prawf ar unwaith. Arhoswch ar eich eistedd neu gorweddwch gyda'ch coesau wedi'u codi yn erbyn cadair neu yn erbyn wal nes i chi ddechrau teimlo'n well.

## Beth fyddaf yn ei gael am gymryd rhan?

I gydnabod yr amser a'r anghyfleustra sy'n gysylltiedig â chymryd rhan yn yr arolwg, gall pob person yn eich cartref sy'n ymuno â'r arolwg (beth bynnag fo'i oedran) ddewis cael taleb gwerth £20 am bob cyfnod profi mae'n ei gwblhau. Bydd angen i bawb gwblhau'r holiadur yn llawn a chymryd sampl yn ystod eu cyfnod profi i gael y daleb gwerth £20. Gall pobl ddewis peidio â chael talebau, os byddai'n well ganddynt.

Os byddwch yn cyrraedd diwedd yr holiadur ac yn cymryd eich sampl, byddwch yn gymwys i gael taleb. Os na fyddwch yn pwysu 'cyflwyno/submit' ar ddiwedd yr holiadur, caiff eich data eu defnyddio fel rhan o'r arolwg hwn o hyd.

Bydd y talebau ar gyfer cyfnodau profi lle byddwch yn cwblhau'r holiadur ac yn cymryd sampl o fewn eich cyfnod profi. Os na fyddwch yn cymryd eich samplau nac yn cwblhau'r holiadur yn ystod un cyfnod profi, ni fyddwch yn cael taleb. Byddwch yn dal yn gymwys i gael taleb fel arfer ar gyfer unrhyw gyfnod profi ar ôl hynny lle byddwch yn cymryd sampl ac yn cwblhau eich holiadur.

Os daw'r arolwg i ben, neu os byddwch yn penderfynu gadael yr arolwg, ni fyddwch yn parhau i gael talebau. Os na fyddwn yn cael eich samplau dair gwaith ond rydych wedi dweud wrthym eich bod wedi'u cymryd, byddwn yn cysylltu â chi i geisio darganfod beth sydd wedi digwydd. Mae'n bosibl na fyddwch yn cael talebau pellach os na fyddwn yn cael eich samplau pan fyddwch wedi dweud wrthym eich bod wedi'u cymryd.

Os hoffech gael talebau, gallwn anfon y talebau atoch yn gyflymach drwy e-bost, neu gallwn eu postio atoch os byddai hynny'n well gennych. Mae'n bosibl y bydd yn dal i gymryd o leiaf 20 diwrnod i'r talebau gyrraedd. Gallwch wario'r talebau mewn llawer o siopau ar-lein ond bydd rhai ond yn eu derbyn yn y siop ei hun. Byddwn hefyd yn anfon diweddariadau atoch am ganlyniadau a newyddion am yr arolwg.

**!** Noder na fyddwn byth yn gofyn am eich manylion banc. Dim ond drwy e-bost neu drwy'r post y bydd y talebau'n cael eu dosbarthu.

## A fydd y ffaith fy mod yn cymryd rhan yn yr arolwg yn cael ei chadw'n gyfrinachol?

Bydd. Dim ond os yw'n hollol angenrheidiol er mwyn cysylltu â'ch cofnodion gofal iechyd eraill y byddwn yn defnyddio eich enw, eich cyfeiriad, eich dyddiad geni a'ch rhyw, ac os yw'n ofynnol yn ôl y gyfraith i ni drosglwyddo'r data hyn (ac ethnigrwydd) i'r cyrff iechyd y cyhoedd cenedlaethol er mwyn helpu'r wlad i reoli COVID-19. Byddwn yn defnyddio eich cod post i geisio canfod sut mae COVID-19 yn lledaenu o amgylch y wlad ac yn eich ardal leol. Dim ond cod ar gyfer eich cartref ac ar gyfer pob unigolyn sy'n cymryd rhan yn yr arolwg a ddefnyddir i adnabod samplau a chofnodion yr arolwg, ynghyd â mis a blwyddyn geni (nid y dyddiad penodol). Dim ond SYG ac IQVIA a darparwyr penodol eraill sydd wedi'u rhestru o dan "Beth fydd yn digwydd i fy nata?" fydd yn dal gwybodaeth a allai gael ei defnyddio i'ch adnabod, a hynny at ddibenion yr arolwg yn unig.

Mae'n bosibl y bydd aelodau cyfrifol o Brifysgol Rhydychen yn cael mynediad at ddata at ddibenion monitro a/neu archwilio'r arolwg er mwyn sicrhau bod y gwaith ymchwil yn cydymffurfio â'r rheoliadau perthnasol.

## Beth fydd yn digwydd i'r samplau y byddaf yn eu rhoi?

Caiff eich swabiau gwddf a thrwyn eu profi am COVID-19 yn un o'r labordai yn y rhwydwaith profi sydd wedi'i achredu gan y llywodraeth a chaiff y canlyniadau eu hanfon atoch. Yn y dyfodol, mae'n bosibl y caiff yr un samplau swab eu profi am feirysau a microbau eraill sy'n achosi heintiau yn y trwyn, y gwddf a'r ysgyfaint. Caiff canlyniadau unrhyw brofion wedi'u dilysu a gynhelir eu hanfon atoch. Caiff y swabiau gwddf a thrwyn eu dinistrio unwaith y bydd brofion wedi'u cwblhau.

Caiff unrhyw samplau gwaed eu profi gan wyddonwyr ym Mhrifysgol Rhydychen. Byddant yn chwilio am wrthgyrff yn erbyn COVID-19 a chaiff y canlyniadau eu hanfon atoch. Hoffem gadw unrhyw waed na chaiff ei ddefnyddio ar gyfer y prawf gwrthgyrff ar gyfer gwaith ymchwil yn y dyfodol, gan gynnwys ar gyfer profion yn y dyfodol sy'n gysylltiedig â COVID-19. Caiff eich samplau eu defnyddio gan ymchwilwyr yn y Deyrnas Unedig yn bennaf. Efallai y bydd prosiectau ymchwil sydd wedi'u cymeradwyo'n foesebol yn cael eu cynnal mewn ysbytai, prifysgolion, sefydliadau nid-er-elw neu labordai masnachol ledled y byd. Dim ond drwy ddefnyddio cod nad yw'n dangos pwy ydych chi yn bersonol y caiff y sampl gwaed ei hadnabod. Byddwn yn gofyn am eich caniatâd ar gyfer hyn – nid oes rhaid i chi gytuno i'r rhan hon o'r arolwg. Os byddwch yn cytuno i'r rhan hon o'r arolwg, caiff eich samplau gwaed eu defnyddio neu eu dinistrio ar ôl 5 mlynedd.

## Beth fydd yn digwydd i fy nata?

Mae rheoliadau diogelu data yn ei gwneud yn ofynnol i ni nodi'r sail gyfreithiol dros brosesu gwybodaeth amdanoch. Yn achos gwaith ymchwil, "tasg er budd y cyhoedd" yw'r sail gyfreithiol. Mae Prifysgol Rhydychen a SYG yn Rheolyddion Data ar y Cyd ac maent yn gyfrifol am ofalu am eich gwybodaeth a'i defnyddio'n briodol. IQVIA fydd yn trefnu'r cyfnodau profi a bydd yn gweithio mewn partneriaeth â sefydliadau partner dethol eraill. **Ni fydd y cwmnïau sy'n rhan o gynnal yr arolwg yn trosglwyddo gwybodaeth amdanoch chi i unrhyw un nad yw'n rhan o'r arolwg.**

Mae'r arolwg hwn yn defnyddio gwybodaeth gennych chi ac NHS Digital, Asiantaeth Diogelwch Iechyd y Deyrnas Unedig a SYG, a chronfeydd data cenedlaethol cyfatebol yng Nghymru, Gogledd Iwerddon a'r Alban. Byddwn yn defnyddio cyn lleied â phosibl o wybodaeth y gellir eich adnabod ohoni. Bydd IQVIA yn defnyddio gwybodaeth y gellir eich adnabod ohoni o'r arolwg hwn am hyd at 5 mlynedd ar ôl cwblhau'r arolwg.

Mae gan SYG amcan statudol i hyrwyddo a diogelu gwaith cynhyrchu ystadegau swyddogol sy'n gwasanaethu er budd y cyhoedd. Er mwyn i ni gynhyrchu ystadegau, efallai y byddwn yn cysylltu'r data a gawn drwy'r arolwg hwn â data arolwg a data gweinyddol eraill sydd gennym. Bydd pob ffordd y byddwn yn defnyddio data yn cydymffurfio â fframwaith moesegol Awdurdod Ystadegau'r Deyrnas Unedig. Bydd SYG yn parhau i ddal y data a gaiff eu casglu drwy'r arolwg hwn cyhyd â'u bod yn parhau i fod yn ddefnyddiol ar gyfer gwaith ymchwil a chynhyrchu ystadegol. Hefyd, bydd data ond yn cael eu rhannu â'r sefydliadau perthnasol yng Nghymru, Gogledd Iwerddon a'r Alban at ddibenion ystadegol pan fydd yn gyfreithiol ac yn foesebol gwneud hynny, yn benodol Llywodraeth Cymru, Asiantaeth Ystadegau ac Ymchwil Gogledd Iwerddon (NISRA), Gweinyddiaeth yr Alban (gweler adran 53a o'r Ddeddf Ystadegau a'r Gwasanaeth Cofrestru).

Gall SYG a'r sefydliadau perthnasol o'r Gweinyddiaethau Datganoledig roi mynediad at ddata dienw i broseswyr ac ymchwilwyr achrededig at ddibenion ymchwil achrededig lle mae'n gyfreithlon ac yn foesebol gwneud hynny. Wrth sicrhau bod y data dienw hyn ar gael, mae'n bosibl y bydd SYG a'r sefydliadau perthnasol o'r Gweinyddiaethau Datganoledig yn cysylltu'r data a gawn drwy'r arolwg hwn â data arolwg a data gweinyddol eraill sydd ganddynt. Dim ond i gefnogi mewnwediadau ymchwil newydd gwerthfawr am gymdeithas y Deyrnas Unedig a'r economi yr ystyrir eu bod er budd y cyhoedd y rhoddir mynediad at y data hyn.

Weithiau, bydd SYG ac IQVIA yn rhannu gwybodaeth ddethol â'u darparwyr gwasanaethau er mwyn helpu i gynnal astudiaethau mawr iawn fel hon. Dim ond y manylion personol sydd eu hangen ar gyfer yr arolwg y byddant yn eu rhannu, ac ni chânt eu defnyddio gan ddarparwyr gwasanaethau at unrhyw ddiben arall.

**Yn yr arolwg hwn, rydym yn gweithio gyda sefydliadau eraill i ddarparu'r gwasanaethau canlynol:**

- **Anfon taleb diolch: ein darparwr gwasanaeth ar gyfer hyn yw Sodexo:** mae rhagor o wybodaeth ar gael yn [www.sodexo.com/home/legal--privacy/online-data-protection-policy.html](http://www.sodexo.com/home/legal--privacy/online-data-protection-policy.html)
- **Ein helpu i gysylltu:** ein darparwyr gwasanaeth ar gyfer hyn yw HH Global, GovDelivery, GoInspire a Capita: mae rhagor o wybodaeth ar gael yn [www.hhglobal.com/privacy-policy](http://www.hhglobal.com/privacy-policy), [granicus.com/privacy-policy/](http://granicus.com/privacy-policy/), [www.goinspire.co.uk/privacy-policy/](http://www.goinspire.co.uk/privacy-policy/), [www.capita.com/privacy-notice](http://www.capita.com/privacy-notice)
- **Anfon canlyniadau profion drwy e-bost:** ein darparwyr gwasanaeth ar gyfer hyn yw Awdurdod Gwasanaethau Busnes y GIG: mae rhagor o wybodaeth ar gael yn [www.nhsbsa.nhs.uk/our-policies/privacy](http://www.nhsbsa.nhs.uk/our-policies/privacy)
- **Anfon canlyniadau profion drwy lythyr:** ein darparwyr gwasanaeth ar gyfer hyn yw Eight Days: mae rhagor o wybodaeth ar gael yn [www.eightdaysaweekprintsolutions.com/privacy-policy](http://www.eightdaysaweekprintsolutions.com/privacy-policy)
- **Anfon citiau profi:** Cwmni o'r enw Thriva fydd yn paratoi ac yn anfon y citiau profi atoch. Bydd angen i'r cwmni gael eich enw, eich cyfeiriad a'ch rhif adnabod cyfranogwr er mwyn gwneud hyn. Mae rhagor o wybodaeth i'w gweld yn [thriva.co/privacy](http://thriva.co/privacy)
- Mae'n bosibl y bydd y cwmnïau sy'n gysylltiedig â'r arolwg yn is-gontractio gwasanaethau penodol, ond bydd unrhyw is-gontractwyr yn rhwym wrth yr un ddyletswydd cyfrinachedd a threfniadau diogelwch.

Mae rhai o swyddfeydd IQVIA wedi'u lleoli y tu allan i'r Deyrnas Unedig, felly weithiau bydd angen i IQVIA brosesu eich gwybodaeth mewn cyrchfan y tu allan i'r Ardal Economaidd Ewropeaidd. Dim ond gyda mesurau diogelu priodol ar waith er mwyn sicrhau cyfrinachedd a diogelwch eich gwybodaeth bersonol y bydd trosglwyddiadau o'r fath yn digwydd. Os bydd angen unrhyw wybodaeth arnoch am y mesurau diogelu hyn, ffoniwch **0800 917 9323**.

Fel sy'n ofynnol yn ôl y gyfraith, byddwn yn rhannu ychydig bach o'ch data personol (gan gynnwys eich enw, eich manylion cyswllt, eich cod post a'ch ethnigrwydd) ag Asiantaeth Diogelwch Iechyd y Deyrnas Unedig a chyrrff iechyd y cyhoedd perthnasol yng Nghymru, Gogledd Iwerddon a'r Alban.

Mae rheoliadau diogelu data yn rhoi rheolaeth i chi dros eich data personol a'r modd y cânt eu defnyddio. Fodd bynnag, pan fyddwch yn cytuno i'ch gwybodaeth gael ei defnyddio mewn gwaith ymchwil, mae'n bosibl y cyfyngir ar rai o'r hawliau hyn er mwyn sicrhau bod y gwaith ymchwil yn ddibynadwy ac yn gywir. Gall y wybodaeth a gawn o'r arolwg hwn fod yn ddefnyddiol i bobl eraill. Caiff yr arolwg ei ariannu gan Lywodraeth y Deyrnas Unedig, ac felly mae'n bosibl y caiff y data y byddwn yn eu casglu eu rhannu ag ymchwilwyr a sefydliadau yn y Deyrnas Unedig a thu hwnt. Dim ond gwybodaeth nad oes modd ei defnyddio i'ch adnabod yn uniongyrchol (dim enwau, cyfeiriadau, codau post llawn na dyddiadau geni) y byddem yn ei rhannu.

Mae SYG yn cymryd ei chyfrifoldebau i gadw eich gwybodaeth personol yn ddiogel o ddifrif. Yn hyn o beth, mae'n cymryd pob rhagofal rhesymol i sicrhau na chaiff eich gwybodaeth ei cholli, ei dwyn na'i chamdefnyddio. Mae'r rhagofalon hyn yn cynnwys diogelwch ffisegol priodol ar gyfer ein swyddfeydd, mynediad a reolir at ein systemau cyfrifiadurol, a defnyddio cysylltiadau diogel wedi'u hamgryptio â'r rhynggrwyd wrth gasglu gwybodaeth personol.

## Dolenni defnyddiol am eich data

- Mae rhagor o wybodaeth am yr hyn rydym yn ei wneud â data ar gael yn [www.ons.gov.uk/aboutus/transparencyandgovernance/datastrategy](http://www.ons.gov.uk/aboutus/transparencyandgovernance/datastrategy)
- Mae rhagor o wybodaeth am y fframwaith moesegol ar gael yn [uksa.statisticsauthority.gov.uk/about-the-authority/committees/national-statisticians-data-ethics-advisory-committee/](http://uksa.statisticsauthority.gov.uk/about-the-authority/committees/national-statisticians-data-ethics-advisory-committee/)
- Mae rhestr lawn o broseswyr achrededig ar gael yn [uksa.statisticsauthority.gov.uk/digitaleconomyact-research-statistics/better-access-to-data-for-research-information-for-processors/list-of-digital-economy-act-accredited-processing-environments/](http://uksa.statisticsauthority.gov.uk/digitaleconomyact-research-statistics/better-access-to-data-for-research-information-for-processors/list-of-digital-economy-act-accredited-processing-environments/)
- Mae rhagor o wybodaeth am y ffordd rydym yn rhoi mynediad at ddata at ddibenion ymchwil ar gael yn [uksa.statisticsauthority.gov.uk/digitaleconomyact-research-statistics/](http://uksa.statisticsauthority.gov.uk/digitaleconomyact-research-statistics/)
- Gellir cysylltu â'r Swyddog Diogelu Data yn SYG yn [DPO@Statistics.gov.uk](mailto:DPO@Statistics.gov.uk)
- Os bydd gennych gwestiwn am y ffordd y mae SYG yn prosesu eich data personol, neu os hoffech gael gwybod mwy am eich hawliau o dan ddeddfwriaeth diogelu data, gweler tudalen SYG ar ddiogelu data [www.ons.gov.uk/aboutus/transparencyandgovernance/dataprotection](http://www.ons.gov.uk/aboutus/transparencyandgovernance/dataprotection)
- Mae rhagor o wybodaeth am eich hawliau mewn perthynas â'ch data personol ar gael yn [compliance.web.ox.ac.uk/individual-rights](http://compliance.web.ox.ac.uk/individual-rights)

## Beth fydd yn digwydd os na fyddaf am barhau â'r arolwg?

Gallwch ddewis tynnu yn ôl o'r arolwg unrhyw bryd os byddwch yn newid eich meddwl, heb roi rheswm. Mae hyn yn cynnwys ar ôl i chi gael y citiau profi drwy'r post ac os byddwch eisoes wedi rhoi swab o'ch gwddf a'ch trwyn neu sampl gwaed. Os bydd y profion eisoes wedi cael eu cynnal pan fyddwch yn newid eich meddwl, byddwn yn dal i ddefnyddio'r data ohonynt gan ei bod yn bwysig iawn ein bod yn cael darlun da o bwy sydd wedi cael COVID-19 ar gyfer ein harolwg. Ond os na fyddwch am i unrhyw waed sy'n weddill gael ei storio, byddwn yn ei ddinistrio. Gallwch hefyd benderfynu nad ydych am i ni gael rhagor o wybodaeth amdanoch gan y GIG, SYG nac Asiantaeth Diogelwch Iechyd y Deyrnas Unedig, nac o gronfeydd data cyfatebol eraill yng Nghymru, Gogledd Iwerddon a'r Alban os byddwch yn gadael yr arolwg. Byddwn yn defnyddio'r data a gasglwyd hyd at yr adeg y byddwch yn gadael yr arolwg.

## Beth fydd yn digwydd os byddaf yn symud cartref?

Mae'r arolwg yn seiliedig ar sampl gynrychiadol o gyfeiriadau ac felly, os byddwch yn symud cartref, byddwch yn rhoi'r gorau i gymryd rhan yn yr arolwg.

## Beth fydd yn digwydd ar ddiwedd yr arolwg?

Mae'r canlyniadau o'r arolwg hwn eisoes yn cael eu defnyddio i helpu'r llywodraeth i benderfynu ar y ffordd orau o reoli pandemig COVID-19, ar lefel y Deyrnas Unedig ac ar lefel gwlad unigol. Mae crynodeb i'w weld yn [www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/results](http://www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/results)

Byddwn hefyd yn anfon diweddariadau atoch am ganlyniadau a newyddion am yr arolwg. Mae'n bosibl hefyd y caiff canlyniadau'r arolwg hwn eu cyflwyno mewn cyfarfodydd academiaidd a'u cyhoeddi mewn cyfnodolion meddygol. Ni fydd yn bosibl adnabod unrhyw unigolion o'r data a gaiff eu cyflwyno. Gallwch ddewis peidio â chael y diweddariadau hyn, hyd yn oed os byddwch wedi rhoi eich cyfeiriad e-bost i ni i gael gwybodaeth am eich 'cyfnod profi' a chanlyniadau eich profion. Fodd bynnag, os byddwch yn dewis cael gwybodaeth am eich 'cyfnod profi' a chanlyniadau eich profion drwy e-bost, ni fydd modd i chi ddatdanysgrio o'r negeseuon hyn. Y rheswm dros hyn yw y bydd angen i ni allu cysylltu â chi i roi gwybodaeth bwysig i chi, yn ogystal â gwybodaeth am y ffordd y caiff yr arolwg ei gynnal, gyda chymeradwyaeth gan y Pwyllgor Moeseg Ymchwil.

## Beth os byddwn yn canfod rhywbeth annisgwyl?

Nid yw'n debygol y bydd unrhyw brawf a gaiff ei gynnal fel rhan o'r arolwg hwn yn canfod unrhyw beth annisgwyl. Dim ond chwilio am feirws COVID-19, neu'r gwrthgyrff iddo, yw diben y profion. Os byddwch yn fodlon, hoffem gofnodi eich rhif ffôn fel y gallwn gysylltu â chi, er enghraifft os bydd rhywbeth yn mynd o'i le wrth brosesu un o'ch profion, neu os byddwch yn colli cyfnod profi heb roi gwybod i ni dair gwaith neu fwy.

## Beth os bydd problem?

Mae gan Brifysgol Rhydychen, sef Noddwr yr arolwg, yswiriant priodol ar gyfer unrhyw niwed a gewch o ganlyniad uniongyrchol i gymryd rhan yn yr arolwg hwn, sy'n annhebygol iawn. Os byddwch am gwyno am unrhyw agwedd ar y ffordd y cysylltwyd â chi neu y cawsoch eich trin, neu'r ffordd y cafodd eich gwybodaeth ei thrin yn ystod yr arolwg hwn, cysylltwch â'n tîm penodol yn [COVID-19@ons.gov.uk](mailto:COVID-19@ons.gov.uk)

## Sut mae cleifion a'r cyhoedd wedi cael eu cynnwys yn yr arolwg hwn?

Mae'r arolwg hwn yn dilyn cyngor y Llywodraeth a Sefydliad Iechyd y Byd, ac mae'r broses o'i gynnal yn seiliedig ar arferion gorau, sydd wedi'u llywio gan gleifion, defnyddwyr gwasanaethau ac aelodau o'r cyhoedd. Mae aelodau o'r cyhoedd wedi edrych ar y daflen wybodaeth hon, ac mae pobl ifanc yn eu harddegau hefyd wedi edrych ar y fersiwn fyrrach. Rydym yn ddiolchgar am eu hadborth defnyddiol sydd wedi cael ei gynnwys.

## Pwy sy'n trefnu ac yn ariannu'r arolwg?

Caiff yr arolwg hwn ei ariannu gan Asiantaeth Diogelwch Iechyd y Deyrnas Unedig, gyda chyfraniadau mewn nwyddau gan Lywodraeth Cymru, yr Adran Iechyd ar ran Llywodraeth Gogledd Iwerddon, a Llywodraeth yr Alban. Caiff y gwaith ymchwil ei wneud gan SYG, IQVIA a Phrifysgol Rhydychen. Caiff ei noddi gan Brifysgol Rhydychen.

- IQVIA sy'n gyfrifol am drefnu cyfnodau profi, rheoli cyfranogwyr sy'n cymryd eu swabiau gwddf a thrwyn eu hunain, cymryd samplau gwaed mewn rhai cartrefi, ac anfon canlyniadau at gyfranogwyr. Gall IQVIA is-gontractio rhai agweddau ar yr arolwg i sefydliadau partner dethol eraill.
- Y labordai yn y rhwydwaith profi sydd wedi'i achredu gan y Llywodraeth (Labordy Goleudy Glasgow a Labordy Rosalind Franklin yn Leamington Spa) sy'n gyfrifol am brofi'r swabiau gwddf a thrwyn.
- Gwyddonwyr ym Mhrifysgol Rhydychen sy'n gyfrifol am storio a phrofi'r samplau gwaed.
- Bydd SYG yn dadansoddi'r data a gaiff eu darparu gan Brifysgol Rhydychen a'r labordai sydd wedi'u hachredu gan y Llywodraeth mewn cydweithrediad â Phrifysgol Rhydychen.

## Pwy sydd wedi adolygu'r arolwg?

Mae grŵp annibynnol o bobl, sef y Pwyllgor Moeseg Ymchwil, yn edrych ar yr holl ymchwil yn y GIG, er mwyn diogelu buddiannau'r cyfranogwyr. Cafodd yr arolwg hwn ei adolygu gan Bwyllgor Moeseg Ymchwil Berkshire B, a roddodd ymateb ffafriol iddo.

## Mae eich barn yn hollbwysig i ni

Mae clywed eich barn am yr arolwg yn bwysig dros ben i ni. Felly, byddwn yn cynnig cyfle i chi roi ychydig o adborth os byddwch yn cysylltu i roi gwybod i ni yr hoffech ymuno â'r arolwg, ac eto os byddwch yn dewis optio allan o'ch 'cyfnod profi' cyntaf, ac ar ôl i chi gwblhau eich holiaduron cyntaf a dychwelyd eich samplau cyntaf. Gellir ateb y cwestiynau ar-lein neu dros y ffôn. Nid oes rhaid i chi roi'r adborth hwn – eich dewis chi fydd hyn.

Byddwn hefyd yn cysylltu â rhai cyfranogwyr i weld a fyddent yn fodlon siarad â ni am tua 30-45 munud am eu profiad o gymryd samplau a chwblhau holiaduron fel rhan o'r arolwg. Caiff y cyfweiliadau hyn eu recordio, a bydd taleb gwerth £20 yn cael ei chynnig i ddiolch i chi am roi o'ch amser. Unwaith eto, nid oes rhaid i neb gytuno i gael cyfweiliad – eich dewis chi fydd hyn.

## Rhagor o wybodaeth a manylion cyswllt

I gymryd rhan, bydd angen i chi gofrestru â'r cwmni sy'n cynnal yr arolwg ar ran SYG a Phrifysgol Rhydychen. I gofrestru, ffoniwch **0800 917 9323**. Bydd yr ymgynghorydd ffôn yn ateb unrhyw gwestiynau sydd gennych ac yn nodi eich cydsyniad i ymuno â'r arolwg, os byddwch am wneud hynny. Gallwch ffonio rhwng 9am a 9pm o ddydd Llun i ddydd Iau, rhwng 9am ac 8pm ar ddydd Gwener, a rhwng 9am a 5pm ar ddydd Sadwrn a dydd Sul.

Os oes gennych anghenion hygrychedd a bod angen cymorth ychwanegol arnoch, ffoniwch **0800 917 9323** neu e-bostiwch **[iqvia.covid19survey@nhs.net](mailto:iqvia.covid19survey@nhs.net)**

Gallwch wyllo fideo sy'n dangos sut i gymryd eich gwaed gan ddefnyddio prawf pigiad bys yn **[www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/guides](http://www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/guides)** a fideo sy'n dangos sut i gymryd swab yn **[www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/guides](http://www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/guides)**



## Diolch am ystyried cymryd rhan

Os oes unrhyw rai o'r materion a godir yn y daflen wybodaeth hon yn effeithio arnoch neu os ydych yn chwilio am wybodaeth am COVID-19 (y coronafeirws), ewch i:

Coronavirus explained: [coronavirusexplained.ukri.org/en/](https://coronavirusexplained.ukri.org/en/)

Canllawiau'r llywodraeth:

- Lloegr: [www.gov.uk/coronavirus](https://www.gov.uk/coronavirus)
- Cymru: [gov.wales/coronavirus](https://gov.wales/coronavirus)
- Yr Alban: [www.gov.scot/collections/coronavirus-covid-19-guidance/](https://www.gov.scot/collections/coronavirus-covid-19-guidance/)
- Gogledd Iwerddon: [www.nidirect.gov.uk/campaigns/coronavirus-covid-19](https://www.nidirect.gov.uk/campaigns/coronavirus-covid-19)

NHS advice:

- Lloegr: [www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/](https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/)
- Cymru: [gov.wales/coronavirus](https://gov.wales/coronavirus)
- Yr Alban: [www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19](https://www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19)
- Gogledd Iwerddon: [www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-overview-and-advice](https://www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-overview-and-advice)
- Sut beth yw cymryd swab trwyn a gwddf [www.gov.uk/government/publications/covid-19-guidance-for-taking-swab-samples](https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-guidance-for-taking-swab-samples)
- Y Samariaid – Cymorth emosiynol i bawb: [www.samaritans.org](https://www.samaritans.org)
- Mind – Cyngor a chymorth i unrhyw un sydd â phroblem iechyd meddwl [www.mind.org.uk](https://www.mind.org.uk)

[www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey](https://www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey)

Mae'r fersiynau diweddaraf o'r daflen wybodaeth hon a'r protocol ar gael yn [www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/protocol-and-information-sheets](https://www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/protocol-and-information-sheets)