Dafadennau a Ferwcau

Taflen Wybodaeth i Gleifion

Gwasanaeth Anhwylderau Cyffredin

Defnyddiwch y daflen hon dim ond os yw eich fferyllydd wedi rhoi cyngor i chi am eich cyflwr neu gyflwr eich plentyn.

Dafaden

Ferwca

Lympiau bach, garw ar y croen yw dafadennau a ferwcau. Maent yn cael eu hachosi gan y feirws papiloma dynol (HPV). Maent yn gyffredin, a gallwch eu cael ar unrhyw oedran. Fodd bynnag, mae'n anarferol i fabanod neu blant bach iawn eu cael.

Mae dafadennau fel arfer yn grwn ac o liw croen. Maent fel arfer yn ymddangos ar y dwylo a'r traed, ond gallant ddatblygu unrhyw le ar y corff. Ferwcau yw tyfiannau sy'n datblygu ar wadnau'r traed. Efallai y byddan nhw'n edrych yn wastad oherwydd eu bod nhw'n cael eu gwasgu o dan eich traed. Yn aml, fe welwch chi ddotiau du o dan y croen caled.

Efallai y byddwch chi'n cael 1 neu 2 ddafaden, neu gall sawl dafaden ddatblygu gyda'i gilydd. Er nad yw dafadennau'n achosi niwed, gallant fod yn boenus (yn enwedig ferwcau), gallant gosi ac achosi embaras.

Triniaeth ac Atal

Gall dafadennau a ferwcau bara am sawl blwyddyn. Mae rhai pobl yn dewis eu trin. Efallai y bydd hyn yn cael gwared arnyn nhw'n gynt, ond mae'n debyg y bydd yn dal i gymryd sawl wythnos. Gall y driniaeth lidio'ch croen.

Meddyginiaethau a all helpu

Nid yw'r meddyginiaethau hyn yn addas i bawb. Gwnewch yn siŵr eich bod wedi gofyn i'ch fferyllydd am gyngor ynghylch pa driniaeth sydd orau i chi neu'ch plentyn.

Gallwch ddefnyddio **asid salicylig** i drin dafadennau a ferwcau. Mae'n dod mewn gwahanol gryfderau a ffurfiau, er enghraifft fel paent, gel neu eli. Mae asid salicylig yn gweithio trwy feddalu haen allanol eich croen. Gall hyn ganiatáu iddo lacio a philio i ffwrdd. Gall ei roi ymlaen gyda'r nos olygu ei fod yn llai tebygol o gael ei rwbio i ffwrdd. Dylech olchi'ch dwylo ar ôl rhoi'r feddyginiaeth ar eich croen.

Dylech ddarllen y daflen wybodaeth i gleifion sy'n dod gyda'r feddyginiaeth. Bydd yn dweud wrthych sut i ddefnyddio'r feddyginiaeth yn ddiogel. Nid yw asid salicylig yn addas i'w ddefnyddio ar rai rhannau o'ch corff, fel eich wyneb neu ardaloedd mawr o groen.

Gall triniaethau sy'n cynnwys asid salicylig danio'n hawdd. Cadwch nhw i ffwrdd o fflamau, gwreichion ac arwynebau poeth. Gall asid salicylig hefyd niweidio ffabrigau a deunyddiau eraill.

Defnyddiwch driniaeth asid salicylig nes bod y ddafaden neu'r ferwca wedi diflannu, ac am uchafswm o 12 wythnos. Os bydd y croen o amgylch yr ardal rydych chi'n ei thrin yn mynd yn ddolurus, stopiwch y driniaeth am ychydig ddyddiau nes iddo setlo, yna gallwch ailgychwyn y driniaeth. Os yw'r llid yn ddifrifol, neu os yw'ch croen yn mynd yn goch iawn ac yn cosi, efallai bod gennych alergedd. Stopiwch ddefnyddio asid salicylig a gofynnwch i'ch meddyg neu fferyllydd am gyngor.

Triniaeth ac Atal

Darllenwch y daflen wybodaeth i gleifion sy'n dod gyda'ch meddyginiaeth bob amser.

Os ydych chi'n meddwl bod meddyginiaeth yn achosi sgil-effeithiau, dywedwch wrth feddyg, nyrs neu fferyllydd. Gallwch hefyd roi gwybod am sgil-effeithiau gan ddefnyddio ap y Cerdyn Melyn neu yn yellowcard.mhra.gov.uk

Gall dafadennau a ferwcau ledaenu i bobl eraill, neu rannau eraill o'ch corff eich hun.

I atal dafadennau a ferwcau rhag lledaenu:

- golchwch eich dwylo ar ôl cyffwrdd â dafaden neu ferwca
- peidiwch â phigo na chrafu eich dafaden neu ferwca
- peidiwch â brathu'ch ewinedd na sugno bysedd sydd â dafadennau
- newidiwch eich sanau bob dydd os oes gennych ferwca
- gorchuddiwch eich dafaden neu ferwca gyda phlastr gwrth-ddŵr pan fyddwch chi'n mynd i nofio
- peidiwch â cherdded yn droednoeth mewn mannau cyhoeddus os oes gennych ferwca
- peidiwch â rhannu esgidiau, sanau a thywelion

Rydych chi'n fwy tebygol o gael ferwca os yw'ch croen yn wlyb neu wedi'i ddifrodi.

Pryd i Gael Cymorth

Gofynnwch am **apwyntiad gyda meddyg teulu** os ydych chi neu'ch plentyn:

- wedi gorffen cwrs triniaeth 12 wythnos ac mae'r ddafaden neu'r ferwca yno o hyd

Gofynnwch am **apwyntiad brys gyda meddyg teulu** neu **ffoniwch 111** os oes gennych chi neu'ch plentyn:

- ddafaden sy'n datblygu ar yr wyneb, neu mewn plyg croen (fel ceseiliau neu fronnau)
- ewin bys neu ewin bys troed sy'n cael ei ddifrodi gan ddafaden
- llawer o ddafadennau neu ferwcau, neu'n eu cael yn aml
- dafaden neu ferwca sy'n gwaedu, sydd â blew yn tyfu allan ohono, neu sy'n edrych yn wahanol i'r blaen
- dafaden neu ferwca sy'n edrych fel ei fod yn cael ei heintio
- dafaden neu ferwca sy'n boenus iawn neu sy'n eich gwneud yn ofidus

Ffoniwch eich **clinig iechyd rhywiol** os oes gennych chi neu'ch plentyn ddafaden o amgylch yr organau cenhedlu neu'r anws.

Os ydych chi'n poeni nad yw eich cyflwr chi neu gyflwr eich plentyn yn gwella, neu ei fod yn gwaethygu, siaradwch â'ch meddyg teulu.

Rhagor o wybodaeth

Am ragor o wybodaeth am ddafadennau, ferwcau, neu feddyginiaethau, siaradwch â'ch fferyllydd neu edrychwch ar y gwefannau canlynol:

GIG 111 Cymru: 111.wales.nhs.uk/Encyclopaedia/w/article/wartsandverrucas

Patient UK: www.patient.info/skin-conditions/warts-and-verrucas-leaflet

Medicines A-Z: www.nhs.uk/medicines/ look up the name of the medicine you want more information on.

Information from the above resources is included in this leaflet.

Mae gwybodaeth o'r adnoddau uchod wedi'i chynnwys yn y daflen hon.

Mae'r daflen hon hefyd ar gael yn Saesneg. This leaflet is also available in English.

Fersiwn: 2 Cyhoeddwyd: Tachwedd 2026
Pob delwedd wedi'u cymryd o Getty Images a Canva Pro

GCFC | WMAS
Gwasanaeth Cyngor ar Feddyginiaethau Cymru
Welsh Medicines Advice Service