

Eich Gwasanaethau Gofal Llygaid y GIG yng Nghymru (Practisau Optometreg)

Mae practisau gofal llygaid yng Nghymru, sy'n fwy adnabyddus fel optegwyr neu optometryddion, yn cynnig nifer o wasanaethau'r GIG i helpu i ofalu am eich llygaid. Gelwir y gwasanaethau hyn yn Wasanaethau Offthalmig Cyffredinol Cymru (WGOS). Gall rhai practisau ymweld â chi gartref hefyd os na allwch gyrraedd y practis oherwydd salwch neu anabledd. Gall eich practis optometreg lleol ddweud wrthyh pa wasanaethau maen nhw'n eu darparu.

Gallwch ddod o hyd i ragor o fanylion, gan gynnwys pwy all gael profion llygaid am ddim ac help i dalu am sbectol, ar wefan GIG Cymru.

WGOS 1: Prawf Golwg y GIG

Mae'r gwasanaeth hwn yn rhad ac am ddim i lawer o bobl, neu mae ffi os nad ydych chi'n gymwys. Bydd yr optometrydd yn gwirio pa mor dda y gallwch weld a chwilio am unrhyw broblemau iechyd llygaid. Mae holl bractis optometreg y GIG ar y stryd fawr yng Nghymru yn cynnig y gwasanaeth hwn.

WGOS 2: Gwasanaeth Gofal Llygaid Brys y GIG

Os oes gennych broblem llygaid sydd angen help yn gyflym, gallwch ddefnyddio'r gwasanaeth hwn. Gallai hyn fod:

- llygad poenus neu goch
- newidiadau sydyn i'ch golwg
- rhywbeth yn sownd yn eich llygad

Dylech ffonio eich practis optometreg arferol neu leol. Byddant yn gofyn rhai cwestiynau i chi i ddeall y broblem a byddant yn dweud wrthyh beth i'w wneud nesaf. Mae pob practis yng Nghymru yn cynnig y gwasanaeth rhad ac am ddim hwn a gall unrhyw un sydd â phroblem llygaid gael mynediad ato.

WGOS 3: Gwasanaeth Golwg Isel Cymru

Mae'r gwasanaeth rhad ac am ddim hwn yn helpu pobl sydd â phroblemau golwg hyd yn oed wrth wisgo eu sbectol. Bydd yr ymarferydd yn:

- Gwirio sut mae eich golwg yn effeithio ar eich bywyd bob dydd
- rhoi cefnogaeth a chynghor i chi
- darparu eitemau defnyddiol fel chwyddwydrau neu goleuadau gwell
- dweud wrthyh am sefydliadau eraill a all eich cefnogi.

WGOS 4: Gwasanaethau Monitro ar gyfer Glawcoma a Retina Meddygol

Mae gan rai optometryddion hyfforddiant ychwanegol fel y gallant ofalu am gleifion â rhai cyflyrau llygaid hirdymor. Mae'r archwiliadau rhad ac am ddim hyn yn golygu nad oes angen i rai pobl fynd i'r ysbyty ar gyfer apwyntiadau llygaid os gall optometryddion gofalu amdanynt.

WGOS 5: Gwasanaeth Presgripsiynu Annibynnol

Gall rhai optometryddion ragnodi rhai meddyginiaethau llygaid. Os ydych chi'n profi problem gofal llygaid, dylech gysylltu â'ch practis optometreg arferol neu leol yn gyntaf ar gyfer apwyntiad gofal llygaid brys (WGOS2).