

# Cyfarwyddiadau dogn

Ychydig bach bob hyn a hyn,  
cyhyd â'ch bod yn gwybod pa  
mor gryf ydyw



# Cyfarwyddiadau dogn

Dogn bach iawn, ond peidiwch â  
chymryd mwy na'r hyn a bennwyd  
mor gryf ydyw



# Cyfarwyddiadau dogn

Pinsiad ambell dro, ond peidiwch â  
chymryd mwy nag ambell i binsiad  
dros gyfnod byr o amser



# Cyfarwyddiadau dogn

Swm bychan iawn, ond gwnewch yn  
siŵr eich bod yn gwybod beth sydd  
ynddo i ddechrau



# Cyfarwyddiadau dogn

Peidiwch â'i gymryd os oes gennych  
alergedd i unrhyw beth sydd ynddo



# Cyfarwyddiadau dogn

Cymerwch ef gan ddilyn  
argymhellion y gwneuthurwr bob tro



# Cyfarwyddiadau dogn

Cysylltwch â'r gwneuthurwr i gael  
cyngor ar faint ddylech gymryd



# Cyfarwyddiadau dogn

Os ydych yn cymryd mwy na'r hyn a  
bennwyd, dilynwch y cyngor sydd ar  
y deunydd pacio



# Cyfarwyddiadau dogn

Oedolion a phlant dros 12 oed:  
Cymerwch un neu ddwy dabled,  
hyd at bedair gwaith y dydd,  
os oes angen.

PEIDIWCH â chymryd mwy nag 8  
tabled mewn unrhyw 24 awr.



# Cyfarwyddiadau dogn

Cymerwch bob tabled gyda  
dŵr. Peidiwch â chymryd mwy  
na'r hyn a bennwyd. Os  
byddwch yn cymryd gorddos  
yna dylech gael cyngor  
meddygol yn syth, hyd yn oed  
os ydych yn teimlo'n iach.  
Mae pob tabled yn cynnwys  
500mg o \*\*\*\*\*



# Cyfarwyddiadau dogn

Plant 6-12 oed: Cymerwch hanner  
tabled, hyd at bedair gwaith y  
dydd, os oes angen. PEIDIWCH â  
chymryd mwy na 4 tabled mewn  
unrhyw 24 awr.

