

Adnodd 8c



Toddyddion

Ffeithiau

Ceir y cemegau hyn mewn nifer o gynhyrchion pob dydd. Pan eu ffroenir neu y cânt eu mewnanadlu gan ddefnyddiwr gallant achosi 'ruthr i'r pen' neu anterth ar unwaith. Maent i'w cael mewn cynhyrchion megis: adlenwadau tanwyr nwy, erosolau yn cynnwys chwistrellwyr gwallt, diaroglyddion a ffresnydd aer, tuniau neu diwbiau glud, rhai mathau o baent, teneuwyr a hylifau cywiro a chynhyrchion petroliwm. Pan y'u mewnanedlir cânt effaith tebyg i alcohol. Mae'r effaith yn eithaf byr felly mae defnyddwyr yn dueddol i barhau i ailadrodd y ddsos i gadw'r teimlad i fynd. Wedi ei ddefnyddio gall defnyddwyr gael cur pen difrifol a byddant yn flinedig.

Effeithiau

- Teimlo'n benysgafn a dryslyd
- Teimlo'n feddw
- Teimlad o ewfforia
- Gall roi rhithweledigaethau
- Colli cof
- Colli cydbwysedd a chyd-symud

Gweithgaredd enwi'r cyffur



Y Gyfraith

- Ar hyn o bryd **nid** yw'r sylweddau hyn wedi eu **dosbarthu**
- Mae'n drosedd i werthu unrhyw sylweddau meddwol o berson dan 18 oed, lle bydd y siopwr yn credu'n rhesymol y caiff y cynnyrch ei ddefnyddio ar gyfer meddwi (mynd i anterth drwy ffroeni).
- Mae rhai cynhyrchion wedi achosi cymaint o farwolaethau ac anafiadau fel na all neb o dan 18 oed eu prynu o gwbl. Hyd yn oes os nad yw'r siopwr yn meddwl y byddant yn cael eu cam-drin.

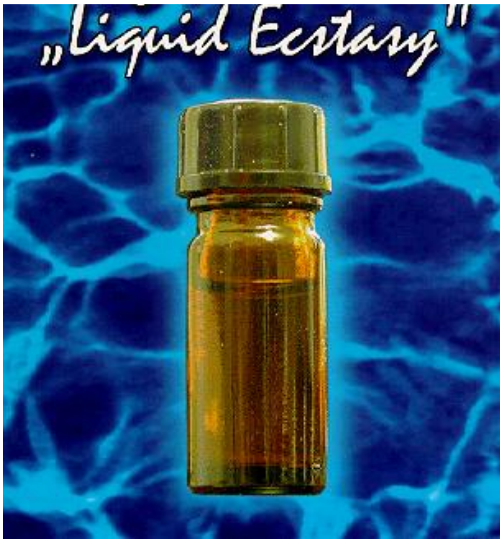
Arwyddion i chwilio amdanynt

- Ymddangos yn feddw
- Brech o gwmpas y geg/trwyn
- Llygaid coch
- Problemau cydbwysu a thrafferth i gerdded
- Problemau anadlu neu'r anadlu yn peidio
- Lleferydd aneglur
- Cyfog, chwydu, crampiau stumog
- Cysglyd, dryslyd neu fygythiol
- Methiant y galon
- Mynd yn anymwybodol
- Marw

Taclau cyffuriau

Bod ym meddiant caniau erosol
Baciau neu boteli plastig





GHB

Ffeithiau

Mae gan y cyffur hwn, a adnabyddir fel 'Hylif Ecstasi' a'i enw cemegol gammahydroxybutrate, effaith tawelu neu anesthetig cryf. Fe'i gwerthir gan amlaf fel hylif di-liw, diarogl gyda blas ychydig yn hallt mewn poteli neu gapsiwlau bach. Mae ganddo gysylltiad â 'sbeicio diodydd' ac achosion o drais ac ymosodiadau rhywiol.

Effeithiau

- Ar ddosau isel mae'r effeithiau'n debyg i alcohol, gan wneud i ddefnyddwyr deimlo wedi ymlacio, yn siaradus, i fflyrtio ac ychydig yn benysgafn
- Gyda dosau uwch, gall defnyddwyr deimlo'n hapusach, yn fwy cyffryddol ond hefyd yn fwy cysglyd
- Gyda dosau uwch fyth, mae defnyddwyr yn fwy tebygol o deimlo'n benysgafn, cyfog ac mewn perygl o gael ffitiau neu fynd yn anymwybodol
- Mae'r cyffur yn achosi'r cyhyrau i ymlacio

Gweithgaredd enwi'r cyffur



Y Gyfraith

- Mae'n gyffur **Dosbarth C**
- Mae'n anghyfreithlon bod ag 'Hylif Ecstasi' yn eich meddiant, ei werthu neu ei roi i eraill. Gall meddiant olygu hyd at ddwy flynedd o garchar i berson a/neu ddirwy ddigfyngiad
- Gall ei gyflenwi i rywun arall, hyd yn oed ffrindiau, olygu pedair blynedd ar ddeg o garchar i berson a/neu ddirwy ddigfyngiad.

Arwyddion i chwilio amdanynt

- Ymddangos yn feddw
- Cur pen, cysglyd, penysgafnder, amnesia
- Dryslyd a dim cof o'r hyn a allai fod wedi digwydd dros gyfnod o nifer o oriau
- Lleferydd crwydrol digyswllt, aneglur
- Colli rheolaeth ar y cyhyrau
- Cyfog, chwydu
- Mynd yn anymwybodol
- Pendro, gwiriondeb





Khat

Ffeithiau

Sylwedd llysieuol yw hwn sy'n dod o lwyn blodeuol sy'n hanu o ogledd ddwyrain Affrica a Phenrhyn Arabia. Caiff y dail eu cnoi gan greu effaith ysgogol, sy'n debyg ond yn llai dwys nag effeithiau cocên neu methamffetamin. Fe'i defnyddir yn bennaf yn Affrica ond mae'n dod yn fwy cyffredin yn Ewrop - yn arbennig ymhlith rhai cymunedau o fewnfudwyr. Daw fel arfer wedi ei lapio mewn croen banana.

Effeithiau

- Gall ei gnoi wneud i berson deimlo'n fwy effro a siaradus a gall roi teimlad o orfoledd
- Gall atal archwaeth bwyd
- Dywed rhai defnyddwyr ei fod yn rhoi teimlad o lonyddwch neu fod yn 'blissed out'

Gweithgaredd enwi'r cyffur

HEDDLU
POLICE



HEDDLU
POLICE



Y Gyfraith

- Mae'n gyffur Dosbarth C
- Mae'n sylwedd anghyfreithlon mewn nifer o wledydd, megis UDA. Gallai mynd ag ef i UDA arwain at ddedfryd hir o garchar.

Arwyddion i chwilio amdanynt

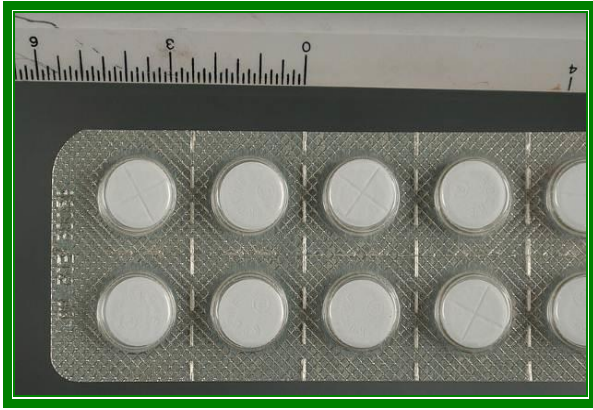
- Cynnydd yng nghyfradd curiad y galon, cyfradd anadlu, tymheredd y corff a phwysedd gwaed
- Mwy effro, cyffrous a mwy o egni
- Siaradus
- Llai o archwaeth bwyd
- Gall achosi teimladau o bryder ac ymddygiad ymosodol

HEDDLU
POLICE



HEDDLU
POLICE





Rohypnol

Ffeithiau

Enw brand y cyffur yw *flunitrazepam* ac mae'n perthyn i deulu'r Faliwm. Mae, fodd bynnag, 10 gwaith yn gryfach na Faliwm. Mae'n gyffur di-liw, diarogl a di-flas. Mae hyn yn ei wneud yn hawdd i'w ddefnyddio ar gyfer 'sbeicio diodydd'. Caiff tabledi presgripsiwn, a geir yn anghyfreithlon, fel arfer eu malu'n fân a gellir wedyn eu rhoi yn niod y dioddefwr. Ers mis Ionawr 1998, roedd un o gynhyrchwyr y cyffur: a ddatblygwyd i drin anhwylderau cysgu, wedi creu ffordd i rybuddio dioddefwyr - mae eu diod y troi'n las ac yn gadael gwaddod ar y wyneb.

Effeithiau

- Aflonyddwch gweledol
- Teimlo'n gysglyd
- Dryswch
- Pwysedd gwaed is
- Crampiau stumog
- Amnesia
- Pan y'i cymysgir ag alcohol, gall arafu'r anadlu neu hyd yn oed beri marwolaeth.

Gweithgaredd enwi'r cyffur

HEDDLU
POLICE



HEDDLU
POLICE



Y Gyfraith

- Mae'n gyffur **Dosbarth C**
- Gellir cael y cyffur, a adnabyddir fel 'cyffur trais ar ddêt', drwy bresgripsiwn yn unig yn y DU. Nid yw'n anghyfreithlon bod ym meddiant y cyffur os yw wedi ei gael drwy bresgripsiwn.
- Gall ei gyflenwi i rywun arall, yn cynnwys ffrindiau, arwain at 14 blynedd o garchar a dirwy ddigyfyngiad

Arwyddion i chwilio amdanynt

- Ymddangos yn feddw
- Dim cydsymud
- Llygaid gwaedlyd
- Lleferydd aneglur
- Cyfod a chwydu
- Colli swildod
- Mynd yn anymwybodol
- Dryslyd a dim cof o'r hyn a allai fod wedi digwydd dros gyfnod o nifer o oriau



HEDDLU
POLICE



HEDDLU
POLICE



Adnodd 8c



Canabis

Ffeithiau

Daw o blanhigyn a dyfir yn bennaf mewn gwledydd cynnes neu mewn meithrinfeydd arbennig mewn hinsoddau oer. Daw fel bloc caled o 'resin' neu ar ffurf dail llysieuol. Weithiau daw fel olew tebyg i dar. Bydd y rhan fwyaf yn ei gymysgu â thybaco ac yn ei ysmegu fel 'sbliff' neu 'joint'. Bydd rhai pobl yn ei roi mewn bong neu fath o bibell. Gwna eraill de allan ohono a'i roi mewn bwydydd fel cacennau neu fisgedi.

Effeithiau

- Teimlo'n gyfforddus, wedi ymlacio ac yn hapus tra bod eraill yn cael un pwff ac yn teimlo'n sâl
- Dechrau giglan a mynd yn siaradus
- Cael cyfnodau llwglyd a adwaenir fel 'y bol yn galw'
- Dod yn fwy ymwybodol o'u synhwyrâu neu teimlo bod amser yn arafu, sy'n digwydd oherwydd ei effaith rhithweledigaethol.

Gweithgaredd enwi'r cyffur

Y Gyfraith

- Mae'n gyffur **Dosbarth B**
- Mae'n anghyfreithlon bod ag ef yn eich meddiant, ei roi neu ei werthu (cyflenwi)
- Gall meddiant olygu hyd at bum mlynedd o garchar i berson a/neu ddirwy ddigyfyngiad
- Gall ei gyflenwi i rywun arall, yn cynnwys ffrindiau, olygu pedair blynedd ar ddeg o garchar i berson a dirwy ddigyfyngiad.
- Caiff person ifanc sydd â'r cyffur hwn yn ei feddiant ei arestio a'i hebrwng i orsaf heddlu lle gall dderbyn cerydd, rhybudd terfynol neu gyhuddiad yn dibynnu ar ddifrifoldeb y drosedd.

Arwyddion i chwilio amdanynt

- problemau cydbwysedd a thrafferth i gerdded
- gall y llygaid edrych yn goch a gwaedlyd
- anhawster i gofio
- kannwyll y llygad wedi ymledu (mawr)
- arogl ar ddillad, mewn ystafell neu gar

Pan fydd yr effeithiau cynnar yn pylu, dros ychydig oriau, gall y defnyddiwr fod yn llwglyd ac yn ddiweddarach fynd yn gysglyd.

Taclau'r cyffur

Papurau rholio sigarét

Tybaco

Pibau, bongau, dyfeisiau ysmegu a wnaed gartref

Ffeithiau

Mae'n gyffur symbylu tebyg i ecstasi neu sbîd. Daw ar ffurf powdr gwyn, lled-wyn neu felynaidd a ffroenir ond gellir hefyd ei lyncu mewn capsïwlau neu dabledi neu ei 'fomio' mewn amlapiadau. Mae defnyddwyr yn sôn am deimlad 'coming up' neu o 'ruthradau' wrth i'r cyffur ddechrau gweithio. Mae'r effeithiau yn debyg i effaith amffetaminau.

Effeithiau

- Teimlo'n effro
- Teimlad o lonyddwch neu les
- Cyffro
- Wedi ysgogi
- Teimlad dyrchafedig
- Bod yn fwy siaradus
- Mae'r effeithiau yn para am tua awr, ond gall hyn amrywio



Meffedron

Gweithgaredd enwi'r cyffur

Y Gyfraith

- Mae'n gyffur **Dosbarth B**
- Mae'n anghyfreithlon bod ag ef yn eich meddiant, ei roi neu ei werthu (cyflenwi)
- Gall meddiant olygu hyd at bum mlynedd o garchar i berson a/neu ddirwy ddigyfyngiad
- Gall ei gyflenwi i rywun arall, yn cynnwys ffrindiau, olygu pedair blynedd ar ddeg o garchar i berson a dirwy ddigyfyngiad.

Arwyddion i chwilio amdanynt

- pryder neu guriad calon cyflym, crychguriadau'r galon, llygaid stond, dryswch ac ymddygiad afreolus
- wrth i'r effaith wanhau mae'r defnyddwyr yn debyg o ymddangos yn ddiffiach, yn dawedog ac yn ddi-hid
- paranoia - gall defnyddwyr yn aml deimlo bod pobl yn eu targedu am oriau a hyd yn oed dyddiau ar ôl cymryd y cyffur
- dadleuon direswm, ffrwydradau emosiynol
- yn gorfforol, gall defnyddwyr gael anawsterau i anadlu neu ffitiau
- gwaedu o'r trwyn - o ganlyniad i ffroeni
- mae'r awydd i gysgu yn debyg o ddilyn defnydd trwm o'r cyffur
- dwylo a thraed oer



Tawelyddion

Ffeithiau

Mae'r rhain yn gyffuriau ar gyfer eu rhagnodi yn unig, ac yn rhai a weithgynhyrchir, a gynhyrchir i drin pryder, iselder a hybu tawelu, gorffwys a chwsq. Ceir cannoedd o wahanol fathau ond y mwyaf cyffredin yw'r Benzodiazepinau. Fel arfer cânt eu llyncu neu eu chwistrellu. Maent yn arbennig o beryglus os cânt eu defnyddio gyda thawelyddion eraill megis alcohol.

Effeithiau

- Mae'r tawelydd hwn yn effeithio ar ardaloedd o'r ymennydd sy'n rheoli bod yn effro a bywiogrwydd sy'n debyg i effaith alcohol
- Gall defnyddwyr deimlo eu bod yn ddatgysylltiedig neu gael teimlad eu bod yn arnofio

Gweithgaredd enwi'r cyffur

Y Gyfraith

- Mae'n gyffur **Dosbarth C**
- Mae'n gyffur i'w ragnodi gan feddyg yn unig a'i ddefnyddio dim ond gan y person y cafodd ei ragnodi iddo.
- Mae'n anghyfreithlon i fod ym meddiant y cyffur hwn os nad yw wedi ei ragnodi ar eich cyfer chi a'i roi neu ei werthu i rywun arall (cyflenwi).
- Gall bod ym meddiant hwn heb bresgripsiwn olygu hyd at ddwy flynedd o garchar i berson a/neu ddirwy ddigyfyngiad.
- Gall ei gyflenwi i rywun arall, yn cynnwys ffrindiau, olygu pedair blynedd ar ddeg o garchar i berson a dirwy ddiavfvnaiad.

Arwyddion i chwilio amdanynt

- Anhawster i ganolbwyntio
- Ymddangos yn gwbl ar goll
- Curiad calon arafach
- Anadlu arafach
- Cwsq a syrthni eithafol
- Dryswch meddwl a cholli cof
- Caethiwed

Ffeithiau

Mae cymryd y cyffur hwn yn rhoi teimlad sy'n amrywio yn dibynnu ar hwyl ac amgylchiadau'r defnyddiwr. Mae rhai defnyddwyr yn sôn am brofiad pleserus iawn tra bod eraill yn teimlo paranoia neu eu bod ag ofn. Mae ei ddefnyddio yn arwain at rithweledigaethau. Y math mwyaf cyffredin o'r ffwng hwn sy'n digwydd yn naturiol yw rhywogaeth o'r enw *psilocybe semilanceata* neu 'liberty cap'. Unwaith y caiff ei fwyta naill ai ar ei ben ei hun neu mewn bwyd, neu fel diod, mae'r cyffur yn cymryd tua 30 - 60 munud i weithio. Mae risg gwenwyno difrifol a/neu farw o ganlyniad i gasglu a bwyta'r math anghywir.

Effeithiau

- Teimlo'n hyderus, wedi ymlacio ac mewn hwyliau da.
- Gallant ystumio lliw, sŵn a gwrthrychau - ee. cymysgu synhwyrâu'r defnyddiwr fel eu bod er enghraifft yn meddwl eu bod yn clywed lliwiau a gweld synau
- Gall defnyddwyr deimlo eu bod yn breuddwydio pan ar ddihun
- Teimlo'n fwy sensitif yn emosiynol

Madarch Hud



Gweithgaredd enwi'r cyffur

Y Gyfraith

- Mae'n gyffur **Dosbarth A**
- Mae'n anghyfreithlon casglu hwn o'r amgylchedd neu ei dyfu
- Mae'n anghyfreithlon i fod ym meddiant ac i'w roi neu ei werthu (cyflenwi)
- Gall meddiant olygu hyd at saith mlynedd o garchar i berson a/neu ddirwy ddigyfyngiad
- Gall ei gyflenwi i rywun arall, yn cynnwys ffrindiau, olygu carchar am oes a /neu ddirwy ddigyfyngiad

Arwyddion i chwilio amdanynt

- Cyfog a chwydu
- Teimlo'n flinedig a dryslyd
- Cannwyll y llygad wedi ymledu (hyd yn oed mewn golau cryf)
- Mwydro a/neu siarad yn ddisynnwyr
- Ansefydlog yn emosiynol (yn llawn ewfforia un funud ac ofn difrifol y funud nesaf)
- Ymddangos fel pe bai'r sylw wedi ei ddenu ac /neu wedi drysu

Adnodd 8c



Salvia

Ffeithiau

Mae'r perlysiuyn parhaol hwn yn rhan o deulu'r mintys. Mae i'w ganfod yn gyffredin yn ne Mecsico, Canolbarth America a De America. Caiff ei werthu ar ffurf dail sych ac fel trwyth coeth mewn crynoadau o 5x i 50x. Y cynhwysyn gweithredol yw salvinorin. Hwn yw un o'r cemegau rhithweledigaethol cryfaf sy'n digwydd yn naturiol. Fe'i gwerthir ar y rhyngwyd ac mewn siopau taclau cyffuriau fel ecstasi llysiuol, ac mae'n un o nifer o sylweddau a gaiff eu marchnata fel 'cyffuriau llysiuol'. Caiff ei ysmegu neu ei gnoi.

Effeithiau

- Yn dibynnu ar y dos, gall defnyddwyr gael rhithweledigaethau sy'n amrywio o'r gweddol dyner i'r rai llawn a seicedelig
- Teimlad o fod wedi datgysylltu oddi wrth realaeth
- Teimlad o ddryswch a phenysgafnder

Gweithgaredd enwi'r cyffur

Y Gyfraith

- Mae'r cyffur yn dod o dan y Ddeddf Sylweddau Seicoweithredol 2016
- Nid yw'n groes i'r gyfraith i fod ym meddiant cynhyrchion sy'n cynnwys salvinorin, ond mae gwerthu, cyflenwi, neu ei hysbysebu ar gyfer eu cymryd gan bobl yn anghyfreithlon a gellir erlyn gwerthwyr o dan ddeddfwriaeth meddyginiaethau. Am y rheswm hwn bydd y rhan fwyaf o'r gwerthwyr yn datgan yn glir nad yw eu cynhyrchion 'i'w cymryd gan bobl'.

Arwyddion i chwilio amdanynt

- Problemau cydbwysedd a thrafferth i gerdded
- Anallu i symud mewn camau cynharaf ei ddefnyddio
- Pryder neu ofn a berir gan y 'trip'
- Ymddygiad anwadal
- Chwerthin direolaeth
- Lleferydd yn dew
- Cyfog, dolur rhydd, crampiau yn y stumog

Taclau'r cyffur

Papurau rholio sigaréts

Tybaco

Pibau, bongau, dyfeisiau ysmegu a wnaed gartref



Steroidau Anabolig

Ffeithiau

Mae'r cyffuriau hyn fel arfer yn sylweddau synthetig tebyg i'r hormon rhyw gwrywaidd testosteron. Weithiau bydd meddygon yn eu rhagnodi i helpu pobl gyda math arbennig o anaemia a dynion sydd ddim yn cynhyrchu digon o destosteron eu hunain. Fodd bynnag, nid yw meddygon byth yn rhagnodi'r cyffuriau hyn i bobl ifanc ac iach i'w cynorthwyo adeiladu'r cyhyrau. Heb bresgripsiwn gan feddyg, mae'r cyffuriau hyn yn anghyfreithlon.

Effeithiau

- Y gallu i wneud ymarfer corff yn galetach a gall gynorthwyo i adeiladu mas cyhyrau
- Ar gyfer dynion - crebachiad y ceilliau, cyfrif sberm is, anffrwythlondeb, cynnydd mewn risg o ganser y brostad
- Ar gyfer menywod — newid neu stopio cylchred y misglwyf
- Gall achosi pwysedd gwaed uchel, a chynnydd mewn perygl o fethiant yr afu, trawiad y galon neu strôc.

Gweithgaredd enwi'r cyffur

Y Gyfraith

- Mae hwn yn gyffur **Dosbarth C**
- Maent i'w gwerthu gan fferyllwyr yn unig gyda phresgripsiwn gan feddyg.
- Mae'n gyfreithlon i fod ym meddiant neu fewnforio steroidau cyn belled â'u bod ar ffurf cynnyrch meddyginiaethol ar gyfer defnydd personol.
- Mae'n anghyfreithlon ei gyflenwi (sy'n cynnwys ei roi i ffrindiau) a gallai arwain at 14 mlynedd o garchar a dirwy ddigyfyngiad.

Arwyddion i chwilio amdanynt

- Cynnydd ym mhwsau'r corff a maint y cyhyrau
- Ymddygiad ymosodol a chynnydd mewn cystadleugarwch
- Acne difrifol
- Arafwch tyfiant mewn pobl ifanc
- Colli gwallt a bronrau'n datblygu mewn dynion
- Blew wyneb yn tyfu, moelni ar batrwm dynion, bronrau'n crebachu a llais dyfnach parhaol mewn menywod
- Newid mewn tymer
- Blinder o ganlyniad i anhunedd
- Paranoia a dryswch



Poppers

Ffeithiau

Yr enw cemegol yw amyl neu butyl nitrad. Hylif aur ei liw a ddaw mewn potel neu 'ffiolau' gwydr bach gyda chaeadau sy'n sgriwio. Maent yn rhan o deulu o gyffuriau a ddefnyddiwyd yn hanesyddol i drin angina (clefyd ar y galon). Mewn argyfyngau defnyddir cyffuriau tebyg i ymagor y pibellau gwaed er mwyn caniatáu i ragor o waed gyrraedd y galon.

Caiff y cyffuriau hyn yn gyffredinol eu gwerthu mewn clybiau, siopau jôcs a siopau rhyw. Fel arfer fe'u ffroenir yn syth o'r botel ac mae eu heffaith yn gryf ac yn fyr ac fe'u defnyddir yn aml i gryfhau cyffro rhywiol.

Effeithiau

- Rhuthr i'r pen i ddechrau sy'n para am ychydig funudau oherwydd lleihad mewn pwysedd gwaed a chynnydd yng nghyfradd y galon.
- Cur pen difrifol oherwydd defnydd

Gweithgaredd enwi'r cyffur

Y Gyfraith

- Nid ydynt wedi eu dosbarthu
- Anaml iawn y defnyddir amyl nitrad mewn meddyginiaeth y dyddiau hyn ond fe'i rheolir o dan Ddeddf Meddyginiaethau. Nid yw meddiant yn anghyfreithlon ond gall eu cyflenwi fod yn drosedd. Bu achosion lle defnyddiwyd y Ddeddf Meddyginiaethau i ddirwyo siopau am eu gwerthu, ond maent yn dal i gael eu gwerthu fel Aroma Ystafelloedd neu Ddiarogleuwyr.

Arwyddion i chwilio amdanynt

- Y pen a'r gwddf yn chwysu
- Cynnydd yng nghyfradd y galon
- Cyfog, llewyg, gwendid (yn arbennig os yn gwneud ymarfer corff e.e. dawnsio)
- Brech o amgylch y geg
- Llosgiadau cemegol oherwydd cysylltiad â'r croen



Alcohol

Gweithgaredd enwi'r cyffur

Ffeithiau

Efallai bod hwn yn gyffur mwy cymdeithasol dderbyniol, ond nid yw hynny i ddweud ei fod yn llai pwerus na chyffuriau eraill. Yn dechnegol iselydd y system nerfol ydyw, sy'n golygu ei fod yn arafu ymateb y corff ym mhob math o ffyrdd. Gall dim ond digon wneud i chi deimlo'n hapus ac wedi ymlacio, gormod a bydd gennych ben maen mawr y diwrnod canlynol.

Effeithiau

- Bydd yn aml yn gorliwio pa bynnag hwyl yr ydych ynddo pan fyddwch yn dechrau yfed
- Mae'n ymlacydd felly, mewn cymedroldeb, gall leihau teimladau o bryder a swildod, gan wneud i chi deimlo'n fwy cymdeithasol
- Caiff effaith uniongyrchol ar y meddwl a'r corff, gan arafu'r ymateb a'r rheolaeth ar y system nerfol ganolog, yn y pen draw os caiff ei gamddefnyddio bydd yn arwain at fynd yn anymwybodol
- Mae'n docsin a gall achosi gwenwyno

Y Gyfraith

- Nid yw wedi ei ddsbarthu
- Dan 5 - Mae'n anghyfreithlon i roi diod o'r fath i blentyn dan 5 oed ac eithrio mewn rhai amgylchiadau (e.e. o dan gyfarwyddyd meddygol)
- Dan 14 - Ni all person dan 14 oed fynd i mewn i far neu dafarn oni bai bod gan y dafarn 'dystysgrif plant'.
- 14 neu 15 oed - Gallant fynd i unrhyw le mewn tafarn ond dim ond cael diodydd ysgafn.
- 16 neu 17 - Gallant brynu (neu gellir prynu iddynt) gwrw neu seidr cyn belled ag y caiff ei brynu i'w yfed gyda phryd o fwyd, ond nid yn y bar (h.y. dim ond mewn mannau sydd wedi eu neilltuo'n benodol ar gyfer prydau).
- Dan 18 - Ac eithrio cael pryd mewn tafarn, mae'n groes i'r gyfraith i unrhyw un dan 18 oed brynu alcohol mewn tafarn, siop drwyddedig neu archfarchnad. Mae hefyd yn anghyfreithlon i brynu alcohol mewn tafarn i rywun sydd ddim yn 18 oed.
- Gall unrhyw un dros 18 oed brynu ac yfed alcohol yn gyfreithlon mewn mangre drwyddedig ym Mhrydain.

Arwyddion i chwilio amdanynt

- Cyfog a chwydu
- Lleferydd aneglur
- Ansefydlogrwydd emosiynol
- Colli rheolaeth echddygol
- Mynd yn anymwybodol
- Ymddygiad ymosodol a gwrthgymdeithasol
- Caethiwed

Adnodd 8c



Amffetamin

Ffeithiau

Sbîd yw'r enw stryd ar gyfer y casgliad hwn o gyffuriau. Fel cocên, ysgogyddion ydynt y bydd pobl yn eu cymryd i'w cadw'n effro a bywiog. Fel cyffur stryd mae'n dod ar ffurf powdwr gwyn, llwyd, lled felyn neu led binc neu fel sylwedd tebyg i bwti a elwir yn 'base'. Mae purdeb powdrau stryd yn llai na 15 %, gyda'r rhan fwyaf sy'n cael eu delio a dim ond 10% o burdeb, gyda'r gweddill yn bowdrau eraill megis glwcos, fitamin C, carthydd, llaeth babi sych, caffeine, neu gyffuriau eraill megis parasetamol neu asbirin.

Effeithiau

- Teimlo'n effro iawn, wedi cyffroi a sgwrsiog.
- Egni i wneud pethau am oriau heb flino, megis dawnsio, siarad a mynd allan.
- Mynd yn gynhyrfus neu hyd yn oed yn seicotig iawn.

Gweithgaredd enwi'r cyffur

Y Gyfraith

- Mae'n gyffur **Dosbarth B**
- Daw'n gyffur **Dosbarth A** os caiff ei chwistrellu
- Mae'n anghyfreithlon bod ag ef yn eich meddiant, ei roi neu ei werthu (cyflenwi)
- Gall meddiant olygu hyd at bum mlynedd o garchar i berson a/neu ddirwy ddigyfyngiad
- Gall ei gyflenwi i rywun arall, yn cynnwys ffrindiau, olygu pedair blynedd ar ddeg o garchar i berson a dirwy ddigyfyngiad

Arwyddion i chwilio amdanynt

- Llygaid gwedrog a channwyll y llygaid yn fawr iawn
- Anhawster i eistedd yn llonydd ac aros heb wneud dim.
- Mwydro wrth sgwrsio, neidio o un pwnc i un arall
- Gweithgarwch annodweddiadol, sensitif, nerfus neu fod yn ymosodol.
- Arddangos newidiadau na ellir eu hegluro o ran archwaeth bwyd neu bwysau. (Mae symbylyddion yn lleihau archwaeth bwyd y defnyddiwr).
- Mae symbylyddion yn cyflymu swyddogaethau'r corff, ac oherwydd hyn efallai y ceir cyfnodau hir heb gysgu.

Taclau'r cyffur

- Papurau rholio a ddefnyddir ar gyfer bomio
- Arian papur wedi ei rollo er mwyn ffroeni



Cocên

Ffeithiau

Mae'n ysgogydd caethiwol pwerus. Daw ar ffurf powdwr neu garreg ac mae'n deillio o blanhigyn sy'n frodorol i Dde America. Gall gael ei gymryd mewn amrywiaeth o ffyrdd - ei arogl neu ffroeni, ei fewnanadlu, ei ysmegu, ei chwistrellu neu hyd yn oed ei gnoi pan fydd ar ffurf fel deilen. Mae defnyddwyr yn sôn am deimlo'n dda iawn, yn hyderus iawn, yn fywiog ac yn effro, rhodresgar ac ymosodol ac yn y diwedd yn cymryd risgiau diofal.

Effeithiau

- Teimlo ewfforia
- Egniol
- Sgwrsiog
- Yn effro'n feddylol, yn arbennig i olwg, sain a chyffyrddiad
- Lleihau dros dro yr angen am fwyd a chwsq

Gweithgaredd enwi'r cyffur

Y Gyfraith

- Mae'n gyffur **Dosbarth A**
- Mae'n anghyfreithlon bod ag ef yn eich meddiant, ei roi neu ei werthu (cyflenwi)
- Gall meddiant olygu hyd at 7 mlynedd o garchar i berson a/neu ddirwy ddigyfyngiad
- Gall ei gyflenwi i rywun arall, yn cynnwys ffrindiau, olygu carchar hyd at oes i berson a/neu ddirwy ddigyfyngiad

Arwyddion i chwilio amdanynt

- Lleihad mewn archwaeth bwyd a cholli pwysau
- Mwy o egni, gorfywiogrwydd, ewfforia a bod yn feddylol effro
- Pwls cyflym a chyfradd anadlu gyflymach, tymheredd y corff a phwysedd gwaed yn codi
- Trwyn yn rhedeg neu'n llawn, trwyn yn gwaedu - o ganlyniad i ffroeni
- Teimlad cynyddol o bŵer a chryfder
- Dryswch, paranoia, panig a phryder, rhithweledigaethau
- Cannwyll y llygaid wedi ymledu
- Gall ôl-ffeithiau defnyddio'r cyffur gynnwys syrthni, angen llawer mwy o gwsg ac yn aml iselder



Heroin

Ffeithiau

Cyffur yw hwn sydd wedi ei wneud o forffin, sydd wedi ei echdynnu o'r pabi opiwm. Mae opiwm wedi bod o gwmpas am gannoedd o flynyddoedd ac fe'i defnyddiwyd yn wreiddiol i drin poen, anhunedd a dolur rhydd. Pan wneir morffin yn gyffur i'w ddefnyddio fel meddyginiaeth fe'i gelwir yn diamorffin, ac mae'n gryfach na morffin neu opiwm. Fel nifer o gyffuriau a wneir o opiwm (a elwir yn opiates), mae'r cyffur hwn yn lladdwr poen cryf iawn. Fe'i gwerthir dan yr enw stryd 'brown' a chaiff ei ddefnyddio weithiau erbyn hyn gan rai sy'n mynychu clybiau fel cyffur i ymlacio ar ôl noson fawr.

Effeithiau

- Teimlad o gynhesrwydd a lles, gall dosiau mwy wneud i bobl deimlo'n gysglyd ac wedi ymlacio
- Arafu'r ffordd y mae'r corff yn gweithio ac mae'n lladdwr poen cryf iawn

Gweithgaredd enwi'r cyffur

Y Gyfraith

- Mae'n gyffur **Dosbarth A**
- Mae'n anghyfreithlon bod ag ef yn eich meddiant, ei roi neu ei werthu (cyflenwi)
- Gall meddiant olygu hyd at 7 mlynedd o garchar i berson a/neu ddirwy ddigyfyngiad
- Gall ei gyflenwi i rywun arall, yn cynnwys ffrindiau, olygu carchar hyd at oes i berson a/neu ddirwy ddigyfyngiad

Arwyddion i chwilio amdanynt

- Penysgafnder a chwydu pan y'i defnyddir gyntaf
- Golwg 'ar goll' yn y llygaid
- Curiad calon arafach
- Anadlu arafach
- Ymddygiad didaro neu swrth
- Cannwyll y llygad wedi culhau
- Caethiwed
- Niwed i wythiennau a rhydweliâu o ganlyniad i chwistrellu - gwyddir ei fod wedi arwain at fadredd (meinwe'r corff yn marw, fel arfer bysedd y dwylo, y traed neu goes neu fraich) ac at heintiau.



Cetamin

Feithiau

Daw ar ffurf tabled, hylif neu bowdwr. Bwriedir i'r cyffur gael ei ddefnyddio gan filfeddygon a meddygon fel tawelydd ac anesthetig. Nid yw'r effeithiau'n para'n hir, ond hyd nes y byddant wedi cilio gall y cyffur achosi colli teimlad yn y corff a pharlysu'r cyhyrau. Gall hefyd ystumio realiti i ddefnyddwyr.

Effeithiau

- Lleihau teimladau yn y corff, gan roi teimlad o arnofio i'r defnyddwyr fel pe bai'r meddwl a'r corff wedi eu gwahanu
- Tebyg i LSD, gall achosi newid i sut y mae pobl yn gweld a chlywed pethau, a rhithweledigaethau
- Gall achosi dryswch, ymosodiadau panig ac iselder, hefyd pan y'i cymerir mewn dosiau mawr gall waethygu problemau iechyd meddwl sy'n bodoli'n barod

Gweithgaredd enwi'r cyffur

Y Gyfraith

- Mae'n gyffur **Dosbarth C**
- Mae'n anghyfreithlon bod ag ef yn eich meddiant, ei roi neu ei werthu (cyflenwi)
- Gall meddiant olygu hyd at 2 flynedd o garchar i berson a/neu ddirwy ddigyfyngiad.
- Gall ei gyflenwi i rywun arall, yn cynnwys ffrindiau, olygu 14 mlynedd o garchar i berson a/neu ddirwy ddigyfyngiad.

Arwyddion i chwilio amdanynt

- Arafu'r galon a'r anadlu - gall dosiau eithafol achosi problemau anadlu difrifol, mynd yn anymwybodol neu fethiant y galon
- Ystumiad gweledol
- Colli teimlad o amser, synhwyrau a hunaniaeth
- Ewfforia
- Dryswch
- Arogleuon a blas fel pe baent wedi pylu
- Canfyddiad gweledol a synnwyr cyffyrddiad wedi eu chwyddo
- Gellir teimlo'n 'ysgafn' - ychydig neu'n ymhell oddi wrth eich corff
- diffwrwythder yn y traed a'r dwylo
- 'K hole' - yn gymharol debyg i brofiad bron marw, gyda'r teimlad o godi uwchben y corff, heddwch mewnol a golau disglair.