
Rhan A: Amdanoch chi

Cwblhewch y ffurflen hon mewn **LLYTHRENAU BRAS** gan ddefnyddio **INC DU**

Teitl _____ Enw llawn _____
Cyfeiriad
llawn _____
Cod post _____ Dyddiad geni _____
Rhif GIG _____ Rhif gyrrwr _____
(*Os yn hysbys*)
Rhif ffôn _____ Rhif cartref _____
symudol _____
(*Opsiynol*) _____ (*Opsiynol*) _____
E-bost _____
(*Opsiynol*) _____

Rhan B: manylion eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol

Rydym angen manylion y meddyg teulu neu'r ymgynghorydd rydych wedi'i weld ar gyfer y cyflwr hwn.

PWYSIG: Mae'n rhaid ichi roi eu henw a'u cyfeiriad llawn neu bydd y ffurflen yn cael ei dychwelyd atoch, gan ohirio'ch cais.

| |
|--------------------------------------|
| MANYLION MEDDYG TEULU |
|--------------------------------------|

Enw llawn _____
Meddygfa _____
Cyfeiriad
llawn _____
Cod post _____ Rhif ffôn _____
E-bost _____
(*Os yn hysbys*) _____
Y dyddiad y gwelwyd y meddyg teulu
ddiwethaf ar gyfer y cyflwr hwn _____

| |
|-------------------------------------|
| MANYLION YR YMGYNGHORYDD |
|-------------------------------------|

Teitl _____ Enw llawn _____
Adran _____
Cyfeiriad
llawn yr
ysbyty _____
Cod post _____ Rhif ffôn _____
E-bost _____
(*Os yn hysbys*) _____
Y dyddiad y gwelwyd yr ymgynghorydd
ddiwethaf ar gyfer y cyflwr hwn _____

MEDDYGOL YN GYFRINACHOL

VDIAB1IW

Ad Gor 23

Os nad ydych yn siŵr sut i ateb unrhyw gwestiynau, trafodwch y ffurflen hon gyda'ch meddyg.

Peidiwch ag anfon eich mesurydd cof glwcos yn y gwaed i DVLA.

1. A yw eich diabetes yn cael ei drin ag inswlin?

Os ydy, rhowch y dyddiad y gwnaethoch ddechrau triniaeth inswlin:

| Ydy | Diwrnod | Mis | Blwyddyn |
|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |

2. Pa fath o ddiabetes sydd gennych chi:

| Math 1 | Math 2 | Arall |
|----------------------|----------------------|----------------------|
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |

Os "Arall", nodwch:

3. a) Ydych chi'n defnyddio mesurydd cof traddodiadol (nid Flash/CGMS) i wirio lefelau glwcos (siwgr) eich gwaed?
- Sicrhewch fod gennych fesurydd(ion) gyda chof digonol i storio 6 wythnos barhaus o ddarlleniadau glwcos (siwgr) yn y gwaed. Hefyd gwnewch yn siŵr bod y dyddiad a'r amser wedi'u gosod yn gywir ar y mesurydd(ion).*
- | Ydw | Nac ydw |
|----------------------|----------------------|
| <input type="text"/> | <input type="text"/> |
- b) Os ydych, a oes gennych y 6 wythnos ddi-dor olaf o ddarlleniadau glwcos (siwgr) yn y gwaed wedi'u cymryd tra ar inswlin ac wedi'u storio ar fesurydd(ion) cof?
- | | |
|----------------------|----------------------|
| <input type="text"/> | <input type="text"/> |
|----------------------|----------------------|

Os nad oes, dywedwch pam wrthym

4. a) Ydych chi wedi cael pwl hypoglycemig?
- | Ydw | Nac ydw |
|----------------------|----------------------|
| <input type="text"/> | <input type="text"/> |
- Bydd y rhan fwyaf o gleifion ar inswlin wedi profi hypoglycemia. Ni fydd hyn o reidrwydd yn eich atal rhag dal trwydded lori neu fws (grŵp 2). Ar ôl trin pwl o hypoglycemia, argymhellir y dylech ail-brofi glwcos yn y gwaed (siwgr). Yna arhoswch am 45 munud ar ôl i'ch glwcos gwaed (siwgr) ddychwelyd i normal. Argymhellir hefyd eich bod yn cadw dyddiadur sy'n nodi amgylchiadau a symptomau'r pyliau hypoglycemig o dan 3 mmol/l i helpu trafod gyda'r asesywyr*
- b) Os ydych, a oedd pobl eraill yn ymwybodol o'r symptomau cyn chi?
- | | |
|----------------------|----------------------|
| <input type="text"/> | <input type="text"/> |
|----------------------|----------------------|
5. a) Ydych chi'n gwirio'ch glwcos gwaed (siwgr) o leiaf ddwywaith y dydd?
- | | |
|----------------------|----------------------|
| <input type="text"/> | <input type="text"/> |
|----------------------|----------------------|
- b) Ydych chi'n gwirio lefelau glwcos (siwgr) eich gwaed ddim mwy na 2 awr cyn dechrau'r daith gyntaf a phob 2 awr ar ôl i'r gyrru ddechrau?
- | | |
|----------------------|----------------------|
| <input type="text"/> | <input type="text"/> |
|----------------------|----------------------|

Os ydych yn gyrru ar deithiau byr lluosog, er enghraifft, fel gyrrwr danfon, mae'n briodol mesur glwcos yn y gwaed ddim mwy na 2 awr cyn dechrau'r daith gyntaf ac yna bob 2 awr ar ôl ichi ddechrau gyrru. Nid oes angen profi cyn pob taith unigol.

6. Pa mor aml ydych chi'n cael pyliau o glwcos (siwgr) gwaed isel, hynny yw, llai na 4 mmol/l?

- | | | | |
|-----------------------------|----------------------|--------------------------------|----------------------|
| a) o leiaf unwaith y dydd | <input type="text"/> | b) 1 i 6 gwaith yr wythnos | <input type="text"/> |
| c) 1 i 3 gwaith y mis | <input type="text"/> | d) unwaith y mis | <input type="text"/> |
| e) 1 i 11 gwaith y flwyddyn | <input type="text"/> | f) llai nag unwaith y flwyddyn | <input type="text"/> |

VDIAB1IW

7. Ydych chi wedi cael pwl o hypoglycemia difrifol yn ystod y 12 mis diwethaf? Ydw Nac ydw
*Diffinnir hypoglycemia difrifol fel bod **angen** cymorth person arall.*
PEIDIWCH â chyfrif pyliau lle cawsoch help ond y gallech fod wedi helpu eich hun.

Os ydych, rhowch ddyddiadau'r 3 pwl diwethaf:

| Diwrnod | Mis | Blwyddyn | Diwrnod | Mis | Blwyddyn | Diwrnod | Mis | Blwyddyn |
|---------|-----|----------|---------|-----|----------|---------|-----|----------|
| | | | | | | | | |

8. Pan rydych yn datblygu hypoglycemia (siwgr gwaed isel) yn ystod oriau effro, rhowch gylch o amgylch y blwch priodol isod i nodi pa mor ymwybodol ydych chi o'r cychwyniad? (*Gweler y dudalen wybodaeth atodedig*)

Peidiwch ag ateb y cwestiwn hwn os nad yw'n berthnasol.

| | | | | | | | | |
|-------------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|--------------------------|
| Bob amser yn ymwybodol | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Byth yn ymwybodol |
|-------------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|--------------------------|

9. Ydych chi'n cadw carbohydradau sy'n gweithredu'n gyflym o fewn cyrraedd hawdd wrth yrru? Ydw Nac ydw
Er enghraifft, diod glwcos, tabledi neu losin.

10. a) A oes angen ichi yrru cerbyd gyda rheolyddion arbennig neu drosglwyddiad awtomatig ar gyfer car neu feic modur (cerbydau grŵp 1)? Ydw Nac ydw
- b) A oes angen ichi yrru cerbyd gyda rheolyddion arbennig neu drosglwyddiad awtomatig i yrru bws, lori, cerbydau maint canolog dros 3500kg a bws mini (cerbydau grŵp 2)? Ydw Nac ydw

11. a) Ydych chi'n gallu darllen plât rhif o 20 metr - mewn golau da (gyda sbectol neu lensys cyffwrdd os oes angen)? Ydw Nac ydw
- b) A ydych wedi cael eich cynghori, gan eich meddyg neu optegydd, **nad ydych ar hyn o bryd** yn bodloni'r safon golwg gofynnol ar gyfer yrru? Rhaid i'ch craffter gweledol fod yn 6/12 (degol 0.5) neu well a gellir cyflawni gyda sbectol neu lensys cyffwrdd os oes angen. Ydw Nac ydw
- c) A oes angen ichi wisgo sbectol neu lensys cyffwrdd i fodloni'r lleiafswm safon golwg pan rydych yn yrru car neu feic modur? Ydw Nac ydw
- d) A ydych wedi cael eich cynghori, gan eich meddyg neu optegydd, **nad ydych ar hyn o bryd** yn bodloni'r safon golwg gofynnol ar gyfer yrru bws neu lori? Craffter gweledol o 6/7.5 (0.8) o leiaf yn y llygad gwell ac o leiaf 6/60 (0.1) yn y llygad arall a gellir cyflawni hyn gyda sbectol neu lensys cyffwrdd os oes angen. Ydw Nac ydw
- e) A oes angen ichi wisgo sbectol neu lensys cyffwrdd i fodloni'r safon golwg gyfreithiol ar gyfer yrru pan rydych yn yrru bws neu lori? Ydw Nac ydw

12. a) A ydych wedi colli'ch golwg yn llwyr mewn un llygad? Ydw Nac ydw
- b) Os ydych, rhowch y dyddiad wnaethoch chi golli'ch golwg mewn un llygad: Mis Blwyddyn

VDIAB1IW

13. A oes gennych unrhyw un o'r cyflyrau isod sy'n effeithio ar y naill lygad neu'r llall? Oes Nac oes

Os oes, ticiwch y blwch priodol gan nodi pa lygad yr effeithir arno?

| | Llygad chwith | Llygad de |
|--|------------------|-----------|
| a) A oes gennych gataractau ar hyn o bryd (ag anoddefiad i lacharedd)? | | |
| b) Ydych chi wedi cael triniaeth laser ar gyfer clefyd diabetig y llygaid? | | |
| | Diwrnod | Mis |
| c) Rhowch y dyddiad y cawsoch driniaeth laser ddiwethaf. | | |

14. Rhowch ddyddiad eich cyswllt diwethaf (dros y ffôn, drwy fideo neu ymgynghoriad wyneb yn wyneb) gyda'ch Meddyg Teulu neu Ymgynghorydd am eich diabetes

| | Diwrnod | Mis | Blwyddyn | | Diwrnod | Mis | Blwydd- yn |
|----------------------|---------|-----|----------|----------------------------|---------|-----|---------------|
| Meddyg Teulu: | | | | Ymgynghor- ydd: | | | |

Enw'r meddyg neu'r ymgynghorydd sy'n gyfrifol am ofalu am eich diabetes.

Enw: _____

Cyfeiriad: _____

Rhif ffôn: _____

RHAID ICHI DDARLLEN, LLOFNODI A DYDDIO'R FFURFLEN DATGANIAD NAWR.

Rhaid gwneud datganiad wedi'i lofnodi os oes gennych ddiabetes wedi'i drin ag inswlin

Rwy'n datgan y byddaf yn:

- cydymffurfio â chyfarwyddiadau'r meddyg neu'r ymgynghorydd sy'n trin fy niabetes
- rhoi gwybod i DVLA ar unwaith am unrhyw newid arwyddocaol yn fy nghyflwr
- darparu tystiolaeth ar gais fy mod yn monitro fy nghyflwr yn rheolaidd
- monitro fy nglwcos (siwgr) gwaed gan ddefnyddio mesurydd glwcos gyda swyddogaeth gof, o leiaf ddwywaith y dydd a dim mwy na 2 awr cyn dechrau fy **nhaith gyntaf ac yna bob 2 awr ar ôl i mi ddechrau gyrru** – a rhaid imi gael y mesurydd(ion) ar gael i'w harchwilio
- cadw carbhydrad sy'n gweithredu'n gyflym o fewn cyrraedd hawdd wrth yrru.

Rwyf hefyd yn deall yr angen i brofi fy nglwcos (siwgr) gwaed ddim mwy na 2 awr cyn dechrau'r **daith gyntaf a phob 2 awr wrth yrru car neu feic modur (cerbydau grŵp 1)**.

Llofnod: _____ Dyddiad: _____

Symptomau hypoglycemia a beth sy'n digwydd os na chaiff ei drin:

Mae symptomau cynnar hypoglycemia yn cynnwys:

- chwysu
- cryndod neu grynu
- teimlo'n newynog
- pwls neu grychguriadau cyflym
- gorbryder
- gogleisiau

Os na chaiff ei drin gall arwain at symptomau mwy difrifol megis:

- lleferydd aneglur
- anhawster wrth ganolbwyntio
- dryswch
- ymddygiad afreolus neu afresymol, y gellir ei gamgymryd am feddwod anymwybyddiaeth

Os oes gennych ddiabetes sy'n cael ei drin ag inswlin, fe'ch cynghorir i gymryd y rhagofalon dilynol:

- cariwch eich mesurydd glwcos a'ch stribedi glwcos gwaed gyda chi **bob amser**
- gwiriwch eich glwcos gwaed cyn gyrru a phob dwy awr ar ôl ichi ddechrau gyrru
- os yw eich glwcos gwaed yn **5.0mmol/l neu lai, cymerwch fyrbryd**
- os yw'n llai na **4.0mmol/l neu os ydych yn teimlo'n hypoglycaemig – peidiwch â gyrru**

Os bydd hypoglycemia yn datblygu wrth yrru:

- stopiwch y cerbyd yn ddiogel cyn gynted â phosibl
- diffoddwch yr injan, tynnwch yr allweddi o'r man tanio a symudwch o sedd y gyrrwr
- peidiwch â gyrru am 45 munud ar ôl i'ch glwcos gwaed ddychwelyd i normal – gan ei fod yn cymryd hyd at 45 munud i'r ymennydd wella'n llwyr

1. Cadwch gyflenwad brys o garbohydradau sy'n gweithredu'n gyflym, megis tabledi glwcos neu losin o fewn cyrraedd hawdd yn y cerbyd.
2. Sicrhewch fod gennych fodd adnabod personol gyda chi bob amser i ddangos bod gennych ddiabetes – rhag ofn y byddwch yn cael anaf mewn damwain ffordd.
3. Byddwch yn arbennig o ofalus ag unrhyw newidiadau yn eich trefn inswlin, ffordd o fyw, ymarfer corff, teithio a beichiogrwydd.
4. Rhaid ichi gymryd prydau bwyd, byrbrydau a chyfnodau gorffwys rheolaidd ar deithiau hir.
5. Osgowch alcohol bob amser.

Awdurdodiad yr ymgeisydd

Rhaid ichi lenwi'r adran hon a pheidio â'i newid mewn unrhyw ffordd. Darllenwch y wybodaeth ddilynol yn ofalus a llofnodwch i gadarnhau'r datganiadau isod.

Gwybodaeth bwysig am ffitrwydd i yrru

- Fel rhan o'r ymchwiliad i'ch ffitrwydd i yrru, efallai y byddwn ni (DVLA) yn gofyn ichi gael archwiliad meddygol a/neu ryw fath o asesiad ymarferol. Os byddwn yn gwneud hynny, bydd angen eich manylion meddygol cefndirol ar yr unigolion sy'n ymwneud â'r rhain i gynnal asesiad priodol.
- Gall yr unigolion hyn gynnwys meddygon, orthoptwyr mewn clinigau llygaid neu staff parafeddygol mewn canolfan asesu gyrru. Dim ond gwybodaeth sy'n berthnasol i'r asesiad meddygol o'ch ffitrwydd i yrru y byddwn yn ei rhannu.
- Hefyd, pan fo'n ymddangos bod amgylchiadau eich achos yn awgrymu bod angen hyn, efallai y bydd angen i'r wybodaeth feddygol berthnasol gael ei hystyried gan un neu fwy o aelodau Panelau Cynghori Meddygol Anrhydeddus yr Ysgrifennydd Gwladol. Mae aelodaeth y Paneli hyn yn cydymffurfio'n llwyr â'r egwyddor o gyfrinachedd.

I gael gwybodaeth ynghylch sut rydym yn prosesu'ch data, eich hawliau a phwy i gysylltu â nhw, gweler ein hysbysiad preifatrwydd yn www.gov.uk/dvla/polisi-preifatrwydd

Rhaid PEIDIO â newid yr adran hon mewn unrhyw ffordd.

Datganiad

Rwy'n awdurdodi fy meddyg, arbenigwr neu weithiwr gofal iechyd proffesiynol priodol i ddatgelu gwybodaeth feddygol neu adroddiadau am fy nghyflwr iechyd i'r DVLA, ar ran yr Ysgrifennydd Gwladol dros Drafnidiaeth, sy'n berthnasol i'm ffitrwydd i yrru.

Rwy'n deall y gall y meddyg yr wyf yn ei awdurdodi drosglwyddo'r awdurdodiad hwn i weithiwr gofal iechyd proffesiynol cofrestredig arall, a fydd yn gallu darparu gwybodaeth am fy nghyflwr meddygol sy'n berthnasol i'm ffitrwydd i yrru.

Rwy'n deall y gall yr Ysgrifennydd Gwladol ddatgelu pa bynnag wybodaeth feddygol berthnasol sy'n angenrheidiol i'r ymchwiliad i'm ffitrwydd i yrru i feddygon a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol eraill megis orthoptwyr, staff parafeddygol ac aelodau panel Cynghori Meddygol Anrhydeddus yr Ysgrifennydd Gwladol dros Drafnidiaeth.

Rwy'n datgan fy mod wedi gwirio'r manylion a roddais ar yr holiadur amgaeedig a'u bod, hyd eithaf fy ngwybodaeth a'm cred, yn gywir.

“Rwy'n deall ei bod yn drosedd os byddaf yn gwneud datganiad ffug i gael trwydded yrru a gall arwain at erlyniad.”

Enw: _____

Llofnod: _____ Dyddiad: _____

Rwy'n awdurdodi'r Ysgrifennydd Gwladol i ohebu â gweithwyr meddygol proffesiynol drwy e-bost

Ydw Nac ydw

Os hoffech inni gysylltu â chi ynghylch eich cais drwy e-bost neu neges destun (SMS), ticiwch y blychau priodol (isod). Os na fyddwch yn gwneud hyn, bydd DVLA yn parhau i gysylltu â chi drwy'r post.

Rwy'n awdurdodi cynrychiolydd o'r Ysgrifennydd Gwladol i gysylltu â mi drwy e-bost neu neges destun SMS mewn perthynas â'r cais hwn (Ticiwch):

E-bost Ydw Nac ydw SMS (Testun) Ydw Nac ydw

Noder: Cwblhewch a dychwelwch bob tudalen o'r holiadur meddygol hwn a'r ffurflen awdurdodi. Os na fyddwch yn rhoi'r holl wybodaeth sydd ei hangen arnom gan

gynnwys enw llawn, cyfeiriad, a rhif ffôn eich Meddyg Teulu/Ymgynghorydd yna bydd oedi gyda'ch achos.

Defnyddiwch y manylion cyswllt isod i ddychwelyd eich holiadur meddygol wedi'i gwblhau i Grŵp Meddygol Gyrwyr

Drwy'r Post:

Grŵp Meddygol Gyrwyr,
DVLA,
Abertawe.
SA99 1DF

E-bost: efd@dvla.gov.uk