Tommy's
The pregnancy and baby charity

NHS

Welsh

Mae teimlo eich babi'n symud yn arwydd da

Mae'r rhan fwyaf o fenywod a phobl sy'n rhoi genedigaeth yn dechrau teimlo eu babi'n symud rhwng 16 a 24 wythnos.

Nid oes nifer penodol o symudiadau arferol. Mae pob babi yn wahanol.

O 16–24 wythnos dylech allu teimlo eich babi yn symud mwy a mwy, hyd 32 wythnos.

O'r adeg honno ymlaen dylai'r symudiadau fod yn debyg hyd nes y byddwch yn rhoi genedigaeth ac yn ystod y geni hefyd.

Pam mae symudiadau fy mabi yn bwysig?

Weithiau, nid yw babi sy'n symud llai yn cael digon o ocsigen. Mae nifer fach o fabanod sy'n symud llai yn farw-anedig (sy'n golygu eu bod yn marw cyn cael eu geni).

Mae felly'n bwysig eich bod yn cael eich gweld ar unwaith, hyd yn oed os nad ydych wedi wynebu unrhyw broblemau yn ystod eich beichiogrwydd.

Beth os yw fy mabi yn symud llai ar ôl i mi gael fy ngweld?

Cysylltwch â'ch uned famolaeth ar unwaith. Dylech wneud hyn hyd yn oed os ydych wedi cael eich gweld yn gynharach y diwrnod hwnnw neu os oeddech wedi'ch cynghori fod eich babi yn iawn.

Ewch i gael eich gweld bob amser, does dim ots faint o weithiau y byddwch yn gwneud hyn.

Nid wyf yn siŵr am y symudiadau ond mae gen i deimlad fod rhywbeth o'i le. Beth ddylwn ei wneud?

Chi sy'n adnabod eich corff a'ch beichiogrwydd orau.

Os ydych yn teimlo bod rhywbeth o'i le cysylltwch â'ch uned famolaeth a dywedwch eich bod yn dod i mewn. Dylech wneud hyn hyd yn oed os na allwch esbonio pam rydych yn teimlo bod rhywbeth o'i le.

Ffoniwch eich uned famolaeth ac ewch i mewn yn syth:

- Os yw eich babi yn symud llai nag arfer
- Os yw'r symudiadau'n wanach nag arfer
- Os nad ydych yn teimlo unrhyw symudiadau

- **Peidiwch ag aros hyd y diwrnod canlynol i gael eich gweld. Mae'r uned famolaeth ar agor 24 awr y dydd, 7 diwrnod yr wythnos. Gallwch ffonio a chael eich gweld unrhyw awr o'r dydd neu'r nos.**

  Os ydych i ffwrdd o gartref gallwch gysylltu ag unrhyw uned famolaeth.
- **Peidiwch â** rhoi cynnig ar unrhyw beth i geisio achosi eich babi i symud.
- **Peidiwch â** defnyddio dopplers cartref, monitor llaw nac unrhyw apiau ffôn i wirio curiad calon eich babi. Hyd yn oed os byddwch yn clywed curiad calon nid yw hynny'n golygu nad oes problem posibl.

Darllenwch fwy am symudiadau eich babi yn ystod beichiogrwydd

Tommy's
The pregnancy and baby charity

NHS

Welsh

Beth fydd yn digwydd pan gaf fy ngweld yn yr ysbyty?

Os nad ydych yn cael y profion a'r archwiliadau hyn dylech ofyn amdanynt. Dangoswch y daflen hon i'ch bydwraig neu feddyg.

Os yw eich meddyg neu fydwraig eisiau cynnal archwiliadau eraill dylent esbonio'r rheswm meddygol dros wneud hynny. Gallwch ofyn am yr archwiliadau a'r profion a nodir ar y daflen hon hefyd.

24 – 26 wythnos

Bydd bydwraig neu feddyg yn:

- Gwrando ar guriad calon eich babi
- Holi am symudiadau eich babi
- Gwirio eich pwysedd gwaed
- Archwilio eich wrin
- Mesur maint eich bwmp

26 wythnos ymlaen

Bydd bydwraig neu feddyg hefyd yn:

- Monitro curiad calon a symudiadau eich babi gan ddefnyddio monitor CTG – peiriant a gaiff ei strapio ar eich stumog ac sy'n dangos curiad calon eich babi.

Beth fydd yn digwydd nesaf?

Os oes gan eich meddyg neu fydwraig unrhyw bryderon byddant yn trafod â chi beth ddylai ddigwydd nesaf.

Ni ddylech gael eich anfon adref:

- Hyd nes y byddwch yn fwy bodlon am symudiadau eich babi
- Hyd nes y bydd unrhyw brofion yn dangos eich bod chi a'ch babi yn iawn ar hyn o bryd

Os bydd y profion yn dangos unrhyw broblemau ni ddylech gael eich anfon adref hyd nes y bydd gennych gynllun clir.

Diolch i'r sefydliadau canlynol am gefnogi datblygiad y daflen hon:

FIVEXMORE
KICKS COUNT™ empowering mums-to-be with knowledge & confidence
MAMA Academy The Safer Pregnancy Charity
sands Saving babies' lives. Supporting bereaved families.
Trusted Information Creator Patient Information Forum

Anfonwch adborth at pregnancyinfo@tommys.org

Mae Tommy's yn elusen gofrestredig rhif 1060508 a SC039280
Adolygwyd Ionawr 2026. Adolygiad nesaf Ionawr 2029

Mwy yma:
www.tommys.org/pregnancy-information