

# Astudiaeth BATHE

## CYLCHLYTHYR, GORFFENAF 2015



Dyma neges i ddweud **DIOLCH YN FAWR** iawn i'r holl deuluoedd a gymerodd ran yn Astudiaeth BATHE. Erbyn hyn, mae bron 200 o blant yn cymryd rhan ac rydym bron hanner ffordd at ein targed! Mae'n wych bod cymaint ohonoch yn ein helpu i ddarganfod a yw ychwanegu elïau esmwythaol i'r bath yn helpu i drin ecsema.

Rydym yn gwybod bod yr astudiaeth yn un eithaf hir, felly rydym yn ddiolchgar iawn i chi oll am barhau i ateb yr holiaduron. Po fwyaf o wybodaeth y gallwch ei rhoi, gorau oll fydd yr astudiaeth!

Mae pob holiadur wythnosol ar gael am saith niwrnod (o'r cyfnod y cawsoch eich recriwtio) ond, yn anffodus, nid yw'n bosibl mynd yn ôl i holiadur ar ôl i'r system symud ymlaen i'r wythnos nesaf. Felly, os ydych yn ddigon ffodus i fod yn mynd ar wyliau, peidiwch â phoeni'n ormodol am gollu un neu ddau holiadur, ond peidiwch ag anghofio mewngofnodi eto ar ôl i chi ddychwelyd!

Os ydych yn cael trafferth mynd ar-lein i gwblhau'r holiaduron, gallwn anfon copïau papur atoch, felly rhwch wybod i ni os ydych yn cael problem. Mae hyn yn arbennig o wir o ran yr holiaduron yn wythnos 16 a 12 mis, sef ein cyfnodau amser allweddol.

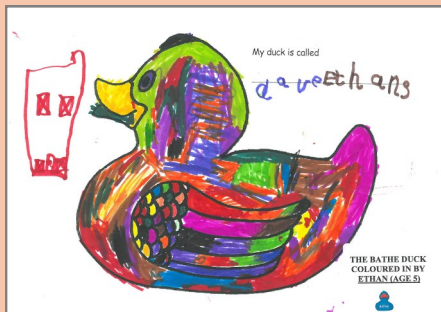
Mae ein holl fanylion cyswllt a mwy o wybodaeth ar gael ar:  
[www.southampton.ac.uk/bathe](http://www.southampton.ac.uk/bathe)

**Beth bynnag fyddwch yn ei wneud, gobeithio y cewch haf hyfryd!**

- **Tîm BATHE**



Diolch am anfon eich lluniau o hwyaid atom. Rydym yn hoffi eu derbyn ac maent yn gwneud y swyddfa'n fwy lliwgar!



**WINNER**

Llongyfarchiadau i **Ethan!** Rydym yn dwlu ar dy lun o Dave yr hwyaden!



### CYSTADLEUAETH RAFFL!

Ar ddiwedd yr astudiaeth, byddwn yn cynnal cystadleuaeth raffl, a bydd un teulu lwcus yn ennill cyfrifiadur llechen bach. Bydd gan bawb a gymerodd ran yn yr astudiaeth gyfle cyfartal i ennill, felly rhwch wybod i ni os bydd eich manylion cyswllt yn newid!



### Gofalu am y Croen yn yr Haf

Mae heulwen yn dda ar gyfer ecsema, ond dylech ddefnyddio eli haul bob amser i atal llosg haul.

Dylech olchi clorin oddi ar groen eich plentyn ar ôl iddo/iddi fod yn nofio, gan ei fod yn sychu'r croen. Ar y llaw arall, gallai dŵr y môr wella'r croen!

Gall tywydd cynhesach a chwysu wneud y cosi'n fwy dwys felly rhwch elïau esmwythaol yn rheolaidd i gynnal lleithder y croen.

**Cofiwch: mae cael hwyl ac ymlacio yn dda ar gyfer ecsema!**

Mae mwy o wybodaeth am ecsema mewn plentynod ar gael ar:  
[www.nottinghameczema.org.uk](http://www.nottinghameczema.org.uk)

**NHS**

**National Institute for Health Research**

Caiff BATHE ei ariannu gan raglen Asesu Technoleg y Sefydliad Cenedlaethol ar gyfer Ymchwil Iechyd (prosiect rhif 11/153/01)