

Paratoi'r coluddyn gyda Picolax

Dosau Picolax – i'w gymryd y diwrnod cyn colonosgopi

Rhwng 1 a 2 oed: Am 10am cymerwch 1 llwyaid, am 4pm cymerwch 1 llwyaid

Rhwng 2 a 4 oed: Am 10am cymerwch 2 llwyaid, am 4pm cymerwch 2 llwyaid

Rhwng 4 a 9 oed: Am 10am cymerwch 1 sachet, am 4pm cymerwch 2 llwyaid

9 oed ac yn hŷn: Am 10am cymerwch 1 sachet, am 4pm cymerwch 1 sachet

Rhoi Picolax

Rhwng 1 a 2 oed:

Dylid cymysgu 1 llwyaid o bowdwr gyda 50ml o ddŵr

Rhwng 2 a 4 oed:

Dylid cymysgu 2 llwyaid o bowdwr gyda 100ml o ddŵr

Rhwng 4 a 9 oed:

Os ydych chi'n cymryd 1 sachet cyfan o bowdwr Picolax® yna dylech doddi sachet mewn cwpan o ddŵr oer (tua 150ml)

Dylid cymysgu 2 llwyaid o bowdwr gyda 100ml o ddŵr

9 oed ac yn hŷn:

Os ydych chi'n cymryd 1 sachet cyfan o bowdwr Picolax® yna dylech doddi sachet mewn cwpan o ddŵr oer (tua 150ml).

Ar gyfer dosio gyda llwy

Darperir llwy fesur gyda'r cynnyrch. I fesur y dos gyda'r llwy fesur:

- Llenwch y llwy gyda phentwr o bowdr o'r sachet
- Rhewch gefn gwastad cyllell ar draws top y llwy fesur
- Mae'r powdr a adawyd yn y llwy fesur yn un llwyaid (4g o bowdr)
- Arllwyswch y powdr o'r llwy i mewn i gwpanaid o ddŵr. Dylai'r cwpan gynnwys: - Tua 50ml o ddŵr ar gyfer pob llwyaid o bowdr
- Trowch yn y cwpan am 2-3 munud
- Yfwch y toddiant. Weithiau bydd y toddiant yn mynd yn gynnes wrth i Picolax® doddi. Os bydd hyn yn digwydd, arhoswch nes ei fod wedi oeri'n ddigonol cyn ei yfed
- Taflwch unrhyw bowdr sy'n weddill o'r sachet.

Ar gyfer dosio gyda sachet

Os ydych chi'n cymryd 1 sachet cyfan o bowdwr Picolax® yna dylech doddi sachet mewn cwpan o ddŵr oer (tua 150ml). Trowch am 2-3 munud ac yna yfwch y toddiant. Weithiau bydd y toddiant yn mynd yn gynnes wrth i Picolax® doddi. Os bydd hyn yn digwydd, arhoswch nes ei fod wedi oeri'n ddigonol cyn ei yfed.

Ar ôl cymryd y sachet gyntaf, dylech yfed o leiaf pum diod 250ml o hylifau clir (nid dim ond dŵr) wedi'u gwasgaru dros sawl awr. Ar ôl yr ail sachet, dylech yfed o leiaf tri diod 250ml o hylifau clir (nid dim ond dŵr) wedi'u gwasgaru dros sawl awr.

Dylai hylifau clir gynnwys amrywiaeth o sudd ffrwythau heb fwydion, diodydd ysgafn, cawl clir, te, coffi (heb laeth, soi na hufen) a dŵr. Peidiwch ag yfed dim ond dŵr.