ADDYSGU AM GAMDDEFNYDDIO SYLWEDDAU A'I ATAL

POPWYR

enwau cyffredin: **AMYL NITRITES, BUTYL NITRITES, KIX, ISOBUTYL NITRITES, LIQUID GOLD, RAM, ROCK HARD, THRUST, TNT**

BETH YDYW?

Poteli bychain yn llawn cemegau hylifol o'r enw alkyl nitrites ydy popwyr. Roedden nhw'n cael eu defnyddio ar droad y ganrif ddiwethaf i drin pobl â phoenau yn y frest.

Fel arfer maen nhw'n cael eu ffroeni'n syth o'r botel ac yn rhoi teimlad meddw byr a siarp.

YR HYN MAE'R GYFRAITH YN EI DDWEUD:

- Anaml y caiff Amyl Nitrite ei ddefnyddio'n feddygol y dyddiau hyn ond maen cael ei reoli dan y Ddeddf Meddyginiaethau.
- Nid yw bod â meddiant o'r cyffur yn anghyfreithlon ond gall eu cyflenwi fod yn drosedd.
- Mae'r Ddeddf Meddyginiaethau wedi cael ei defnyddio i ddirwyo siopau am eu gwerthu, ond maen nhw'n cael eu gwerthu o hyd mewn siopau rhyw a rhai clybiau fel Arogleuon Ystafell neu Diaroglyddion.

YR EFFEITHIAU:

- Penysgafndod ar y dechrau sy'n para cwpwl o funudau.
- Mae ffroeni popwyr tra'n cael rhyw yn gallu gwneud i rywun deimlo bod orgasmau'n para'n hirach.
- Gallant helpu i ymlacio cyhyrau'r pen-ôl.

Y PERYGLON:

- Gall llyncu popwyr eich lladd.
- Peidiwch â'u cael ar eich croen achos maen nhw'n llosgi.
- Os oes gennych chi broblemau ar y frest neu ar y galon, anaemia neu glaucoma, mae popwyr yn beryglus iawn.
- Mae cymryd popwyr pan rydych chi'n cymryd Viagra neu unrhyw feddyginiaeth i leihau pwysedd y gwaed yn beryglus iawn.
- Mae popwyr yn gallu mynd ar dân yn hawdd iawn.
- Maen nhw'n gallu rhoi pen tost drwg iawn ichi.
- Mae rhai pobl yn gallu cael tarddiant o gwmpas y geg a'r trwyn.
- Gall rhai pobl gael trafferth cael codiad ar ôl ffroeni popwyr.
- Nid yw'r effeithiau'n para'n hir a gallant wneud i'r defnyddwyr deimlo'n sâl, yn teimlo ar lewygu ac yn wan.

CHWARAEWCH HI'N SAFF:

Gall cyffuriau niweidio'ch iechyd corfforol a meddyliol yn ddifrifol. Gallan nhw'ch cael chi i drwbl gyda'r gyfraith a hyd yn oed eich lladd. Ond os ydych chi'n penderfynu defnyddio cyffuriau, ceisiwch leihau'r peryglon trwy gael gwybod gymaint â phosib am yr effeithiau, y peryglon, a.y.b., a phenderfynwch wedyn a ydy e werth e mewn difrif.

Os rydych chi'n dewis defnyddio cyffuriau, cadwch y pwyntiau yma mewn cof:

- Os rydych chi'n dawnsio gwisgwch ddillad ysgafn.
- Mae person llai angen llai o gyffuriau i gael yr un effaith, ond mae ymhle'r ydych chi a'r hwyl sydd arnoch chi yn gallu effeithio ar y ffordd fyddwch chi'n ymateb.
- Peidiwch â phrynu gan ddieithriaid; gall cyffuriau gwael roi 'trip drwg' i chi.
- Gall cymysgu cyffuriau ac alcohol fod yn farwol.
- Peidiwch byth â gyrru os rydych chi wedi cael cyffuriau.
- Cariwch gondom bob amser; peidiwch byth â chael rhyw anniogel.

CYMORTH CYNTAF

Os yw'ch ffrind yn llewygu, ffoniwch 999

Mynnwch help i'w rhoi yn yr ystum adferol

Dywedwch wrth y medics yr hyn maen nhw wedi ei gymryd

GALLAI ACHUB EU BYWYD

(SYLWER - nid yw'r Heddlu yn awtomatig yn mynychu pob achos gorddos y mae'r gwasanaeth ambiwlans yn cael gwybod amdanynt)

PAN FYDD YN LLAI PWYSIG NA 999

101

WHEN IT'S LESS URGENT THAN 999