Canllaw byr

BIOS

Cymdeithas Orthoptig
Prydain ac Iwerddon

Gwisgo sbectol

Canllaw byr i gleifion a gofalwyr

Mae'r daflen hon yn ateb cwestiynau cyffredin ynghylch pam mae angen sbectol ar eich plentyn, sut mae ei olwg yn cael ei asesu, a beth i'w ddisgwyl wrth iddo addasu.

Sut mae'r arbenigwr yn gwybod bod angen sbectol ar fy mhlentyn?

Pan fydd cannwyll y llygad wedi chwyddo â diferion, bydd gan yr arbenigwr olwg dda o du mewn i'r llygad. Drwy symud llinell o olau ar draws cefn y llygad, mae modd mesur cryfder y sbectol sydd ei hangen.

Fydd angen i fy mhlentyn wisgo sbectol bob amser?

Bydd hyn yn dibynnu ar oedran y plentyn, cryfder y sbectol, a chyflyrau eraill sy'n bresennol. Bydd eich orthoptydd yn gallu ateb y cwestiwn hwn i chi.

A ddylai fy mhlentyn wisgo sbectol drwy'r dydd?

Yn y rhan fwyaf o achosion, dylai wneud hynny. Os nad oes angen y sbectol drwy'r amser, bydd eich orthoptydd yn dweud wrthych chi.

Mae fy mhlentyn yn honni ei fod yn gweld yn well heb y sbectol neu mae'r sbectol yn ymddangos yn niwlog.

Mae hon yn gŵyn gyffredin iawn yn nyddiau cynnar gwisgo sbectol. Mae eich plentyn wedi bod yn cael trafferth gyda golwg wannach ers peth amser, a nawr mae'n rhaid i'r ymennydd a'r llygaid ddysgu gweithio gyda'i gilydd gyda chymorth sbectol. Gall hyn gymryd peth amser ac i ddechrau efallai na fydd y sbectol o gymorth mawr i'r plentyn. Dyfalbarhewch - mae hwn yn gam pwysig iawn o'r driniaeth.

Mae'r sbectol yn edrych yn gryf iawn!

Os nad ydych chi'n gwisgo sbectol neu os yw eich sbectol ar gyfer cyflwr gwahanol, efallai y bydd sbectol eich plentyn yn edrych yn rhyfedd i chi. Rydyn ni'n rhagnodi'r sbectol a fydd yn helpu eich plentyn i gael y golwg gorau posibl.

Beth yw golwg hir, golwg byr ac astigmatedd?

Golwg hir - mae'n cael ei achosi oherwydd bod y llygad yn rhy fach, fel bod y pelydrau o olau sy'n mynd i mewn i'r llygad yn cael ei ffocysu y tu ôl i'r retina (cefn y llygad) yn hytrach nag ar y retina. Efallai y bydd gan blant â golwg hir olwg wannach ar gyfer pethau agos a phell.

Golwg byr - mae'n cael ei achosi oherwydd bod y llygad yn rhy fawr, fel bod y pelydrau o olau sy'n mynd i mewn i'r llygad yn cael ei ffocysu o flaen y retina yn hytrach nag ar y retina. Mae gan blant â golwg byr olwg wannach ar gyfer pethau agos a phell, ond mae'n tueddu i effeithio mwy ar olwg pell

Astigmatedd - yn ogystal â bod a golwg hir neu fyr, efallai y bydd siâp llygaid eich plentyn yn afreolaidd ac, o ganlyniad, bydd hyn yn effeithio ar ei olwg ar bob pellter.

Mae'r sbectol yn dal i ddisgyn i lawr!

Rydym yn argymell gweld optegydd dosbarthu i ffitio sbectol yn iawn.

Sut mae cael gwybod mwy am olwg fy mhlentyn?

Gofynnwch i unrhyw un o'r gweithwyr gofal llygaid proffesiynol sy'n ymwneud â thriniaeth eich plentyn a byddan nhw'n gallu ateb unrhyw gwestiynau penodol sydd gennych chi.

©2025 Cynhyrchwyd gan Gymdeithas Orthoptig
Prydain ac Iwerddon: Mehefin 2025

orthoptics.org.uk