

FertiQol Rhyngwladol

Holiadur Ansawdd Bywyd Ffrwythlondeb (2008)

Ym mhob cwestiwn, dewiswch (ticiwch y blwch) yr ymateb sy'n adlewyrchu'ch meddyliau a'ch teimladau chi orau. Cyplwch eich atebion â'ch meddyliau a'ch teimladau ar hyn o bryd. Efallai y bydd rhai o'r cwestiynau'n cyfeirio at eich bywyd preifat, ond mae angen y rhain er mwyn mesur pob agwedd ar eich bywyd yn ddigonol.

Peidiwch â llenwi'r eitemau sydd wedi'u nodi â seren (*) oni bai bod gennych chi bartner.

Ym mhob cwestiwn, ticiwch yr ymateb agosaf at eich meddyliau a'ch teimladau ar hyn o bryd		Gwael iawn	Gwael	Dim un na'r llall	Da	Da iawn
A	Sut mae'ch iechyd yn eich barn chi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ym mhob cwestiwn, ticiwch yr ymateb agosaf at eich meddyliau a'ch teimladau ar hyn o bryd		Anfodlon iawn	Anfodlon	Dim un na'r llall	Bodlon	Bodlon iawn
B	Ydych chi'n fodlon ar ansawdd eich bywyd?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ym mhob cwestiwn, ticiwch yr ymateb agosaf at eich meddyliau a'ch teimladau ar hyn o bryd		Yn llwyr	I raddau helaeth	I ryw raddau	Dim llawer	Dim o gwbl
1	Ydy meddwl am anffrwythlondeb yn amharu ar eich sylw a'ch canolbwyntio chi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Ydych chi'n meddwl eich bod yn methu symud ymlaen â nodau a chynlluniau eraill yn eich bywyd oherwydd problemau anffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Ydych chi'n teimlo'n flinedig neu wedi ymlâdd oherwydd problemau ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Ydych chi'n teimlo y gallwch chi ymdopi â'ch problemau ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ym mhob cwestiwn, ticiwch yr ymateb agosaf at eich meddyliau a'ch teimladau ar hyn o bryd		Anfodlon iawn	Anfodlon	Dim un na'r llall	Bodlon	Bodlon iawn
5	Ydych chi'n fodlon ar y cymorth rydych chi'n ei gael gan ffrindiau ynglŷn â'ch problemau ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
*6	Ydych chi'n fodlon ar eich perthynas rywiol er bod gennych chi broblemau ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ym mhob cwestiwn, ticiwch yr ymateb agosaf at eich meddyliau a'ch teimladau ar hyn o bryd		Trwy'r amser	Yn aml iawn	Yn bur aml	Yn anaml	Byth
7	Ydy'ch problemau ffrwythlondeb yn achosi teimlad o eiddgedd a chwerwder?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Ydych chi'n profi galar a/neu deimladau o golled ynglŷn â methu cael plentyn (neu ragor o blant)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	Ydych chi'n pendilio rhwng gobaith ac anobaith oherwydd problemau ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	Ydych chi'n ynysig yn gymdeithasol oherwydd problemau ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
*11	Ydych chi a'ch partner yn annwyl gyda'ch gilydd er bod gennych chi broblemau ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	Ydy'ch problemau ffrwythlondeb yn ymyrryd â'ch rhwymedigaethau neu'ch gwaith o ddydd i ddydd?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	Ydych chi'n teimlo'n anghyfyrdus yn mynychu sefyllfaoedd cymdeithasol fel gwyliau a dathliadau o achos eich problemau ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	Ydych chi'n teimlo bod eich teulu'n gallu deall yr hyn rydych chi'n mynd drwyddo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ym mhob cwestiwn, ticiwch yr ymateb agosaf at eich meddyliau a'ch teimladau ar hyn o bryd		Yn eithriadol	I raddau helaeth	I ryw raddau	Ychydig	Dim o gwbl
*15	Ydy problemau ffrwythlondeb wedi cryfhau'ch ymroddiad i'ch partner?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	Ydych chi'n teimlo'n drist ac yn isel ynghylch eich problemau ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	Ydy'ch problemau ffrwythlondeb yn eich gwneud yn israddol i bobl sydd â phlant?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	Ydych chi'n cael eich poeni gan flinder oherwydd problemau ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
*19	Ydy problemau ffrwythlondeb wedi cael effaith negyddol ar eich perthynas â'ch partner?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
*20	Ydych chi'n ei chael yn anodd siarad â'ch partner am eich teimladau ynghylch ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
*21	Ydych chi'n fodlon ar eich perthynas er bod gennych chi broblemau ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22	Ydych chi'n teimlo pwysau cymdeithasol amoch i gael plant (neu ragor o blant)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23	Ydy'ch problemau ffrwythlondeb yn eich gwneud yn ddig?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24	Ydych chi'n teimlo poen ac anghysur corfforol oherwydd eich problemau ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**FertiQol Rhyngwladol
Modiwl Triniaeth Ddewisol**

Ydych chi wedi dechrau ar driniaeth ffrwythlondeb (mae hyn yn cynnwys ymgynghori â meddygon neu ymyriadau meddygol)? Os Ydych, yna atebwch y cwestiynau a ganlyn. Ym mhob cwestiwn, dewiswch (ticiwch y blwch) yr ymateb sy'n adlewyrchu'ch meddyliau a'ch teimladau chi orau. Cyplyswch eich atebion â'ch meddyliau a'ch teimladau ar hyn o bryd. Efallai y bydd rhai o'r cwestiynau'n cyfeirio at eich bywyd preifat, ond mae angen y rhain er mwyn mesur pob agwedd ar eich bywyd yn ddigonol.

	Ym mhob cwestiwn, ticiwch yr ymateb agosaf at eich syniadau a'ch teimladau ar hyn o bryd	Trwy'r amser	Yn aml iawn	Yn bur aml	Yn anaml	Byth
T1	Ydy triniaeth anffrwythlondeb yn effeithio'n negyddol ar eich hwyliau?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T2	Ydy'r gwasanaethau meddygol ffrwythlondeb yr hoffech eu cael ar gael ichi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Ym mhob cwestiwn, ticiwch yr ymateb agosaf at eich syniadau a'ch teimladau ar hyn o bryd	Yn eithriadol	I raddau helaeth	I ryw raddau	Ychydig	Dim o gwbl
T3	Pa mor gymhleth yw delio â'r llawdriniaeth a/neu â chymryd meddyginiaeth at eich triniaeth(au) anffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T4	Ydy effeithiau'r driniaeth yn eich poeni o ran eich gweithgareddau bob dydd neu'ch gweithgareddau gwaith?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T5	Ydych chi'n teimlo bod y staff ffrwythlondeb yn deall yr hyn rydych chi'n mynd drwyddo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T6	Ydych chi'n cael eich poeni gan sgil-ffeithiau corfforol meddyginiaeth a thriniaeth ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Ym mhob cwestiwn, ticiwch yr ymateb agosaf at eich syniadau a'ch teimladau ar hyn o bryd	Anfodlon iawn	Anfodlon	Dim un na'r llall	Bodlon	Bodlon iawn
T7	Ydych chi'n fodlon ar ansawdd y gwasanaethau sydd ar gael i roi sylw i'ch anghenion emosiynol?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T8	Beth yw'ch barn chi am y llawdriniaeth a/neu'r driniaeth feddygol rydych chi wedi'i chael?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T9	Beth yw'ch barn chi am ansawdd yr wybodaeth a gawsoch chi am feddyginiaeth, llawdriniaeth a/neu driniaeth feddygol?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
T10	Ydych chi'n fodlon ar eich ymwneud â'r staff meddygol ffrwythlondeb?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>