**Cylchlythyr Diweddar Gymdeithas Macwlaidd gan Marian Williams (Reolwr Rhanbarthol Gogledd Cymru) Ebrill 2022.**

Helo, gobeithio bod pawb yn cadw’n iawn?

Dyma restr ddiweddaraf o ddyddiadau ac amseroedd grwpiau wyneb yn wyneb Gogledd Cymru.

**DIWEDDARIAD GRWPIAU GOGLEDD CYMRU**

Grwp Llandudno – Dydd Llun cyntaf am 11yb.

Grwp Abergele – Trydydd Dydd Llun am 1.30ph

Grwp Pwllheli – Dydd Gwener cyntaf am 1ph.

Grwp Llangollen – Pedwerydd Dydd Llun am 11yb.

Grwp Aberystwyth – Pedwerydd Dydd Mercher am 11yb

Grwp Y Trallwng – Ail a Phedwerydd Dydd Mawrth am 2ph.

Grwp Drenewydd – Dydd Llun Cyntaf am 2ph

Grwp Dolgellau – Trydydd Dydd Mercher am 1.30ph

Grwp Blaenau Ffestiniog – Ail Dydd Gwener am 1ph

Grwp Holyhead – Trydydd dydd Mawrth am 1ph

Grwp Dre-Bangor – Ail Dydd Llun am 1ph

Grwp Harlech – Pedwerydd Dydd Iau am 1.30ph.

Grwp Ruthin – Ail dydd Iau am 11yb.

**GALWADAU GRŴP CYMDEITHAS FACWLAIDD CYMRU GYFAN**

Gan fod mwyafrif y grwpiau yng Nghymru yn ailddechrau cyfarfodydd wyneb yn wyneb, rydym wedi sefydlu pedair **galwad ffôn Cymru Gyfan**

wythnosol i helpu'r rhai na allant ddod i gyfarfodydd wyneb yn wyneb.

Bydd y rhain yn cael eu cynnal o fis Mawrth 2022 ymlaen:

Dydd Mercher cyntaf am 11am – Saesneg

Ail ddydd Mercher am 2pm – Cymraeg yn Unig

Trydydd dydd Mercher am 2pm – Saesneg

Pedwerydd dydd Mercher am 11am – Saesneg

Ar yr amser gofynnol deialwch **01264 601 037 a phan ofynnir i chi gwasgwch rif 1, dyma'ch rhif pin** (codir cyfradd leol am bob galwad) wedyn byddwn ni i gyd yn gallu siarad gyda'n gilydd.

Bydd y rhain yn cael eu cynnal gan Adele Francis (De) a Marian Williams (Gogledd Cymru). Mae croeso i chi ymuno â'r galwadau hyd yn oed os ydych chi’n mynychu'r cyfarfodydd wyneb yn wyneb ac angen rhagor o wybodaeth.

**DIWEDDARIAD SGILIAU GWELD**

Cyngor un-i-un ar sut mae gwneud y defnydd gorau o’r olwg sy’n dal gennych i barhau i wneud y pethau sy’n agos at eich calon. Gan gyfuno gwybodaeth ymarferol arbennig am olwg, chwyddo, goleuo ac, os yw’n gweithio i chi, y technegau ‘gwylio allganol’ a’r ‘strategaeth llygad diwyro’. Mae galw uchel o hyd am Sgiliau Gweld felly byddwn yn recriwtio gwirfoddolwyr newydd i ddarparu sesiynau dros y ffôn a sesiynau digidol yn nes ymlaen eleni. Os oes gennych ddiddordeb yn y rôl ac yn dymuno gwybod mwy, cysylltwch â Hannah Keegan ar 01264 560 201 neu Hannah.Keegan@macularsociety.org

**DIWEDDARIAD YMCHWIL**

Mae Apellis Pharmaceuticals, cwmni sydd wedi bod yn gweithio gyda ni ers sbel, wedi cyhoeddi eu bod ar fin gwneud cais am eu cyffur newydd ar gyfer AMD sych. Os caiff ei gymeradwyo, hon fydd y driniaeth cyffuriau gyntaf ar gyfer y math hwn o AMD. Yn ôl y cwmni, “Ddydd Mercher 16 Mawrth, cyhoeddodd Apellis ganlyniadau tymor hirach o Gam 3 yr astudiaethau clinigol DERBY ac OAKS, a oedd yn profi effeithiolrwydd a diogelwch *intravitreal pegcetacoplan*, meddyginiaeth ymchwiliol, mewn atroffi geograffyddol, neu ddirywiad macwlaidd sych datblygedig sy'n gysylltiedig â henaint. Mewn dadansoddiad a gynhaliwyd yn ystod mis 18 yr astudiaethau clinigol, roedd triniaeth *pegcetacoplan* bob mis a bob yn ail fis wedi parhau i ddangos twf llai mewn atroffi geograffyddol o’i chymharu â ffug bigiadau (dim triniaeth). Roedd *pegcetacoplan* wedi parhau i ddangos proffil diogelwch ffafriol yn y ddwy astudiaeth. Yn gyffredinol, mae’r data tymor hirach hyn yn darparu tystiolaeth bellach bod gan *pegcetacoplan* y potensial i arafu cynnydd y clefyd yn arwyddocaol, ac i gadw golwg am hirach.” Bydd Apellis yn ceisio cymeradwyaeth y Weinyddiaeth Bwyd a Chyffuriau yn yr Unol Daleithiau i ddechrau, cyn cymeradwyaeth yr Asiantaeth Feddyginiaethau Ewropeaidd ar gyfer yr Undeb Ewropeaidd. Gan nad ydyn ni yn yr UE, bydd rhaid iddynt wneud cais i’r Asiantaeth Rheoleiddio Meddyginiaethau a Chynhyrchion Gofal Iechyd am gymeradwyaeth yn y DU hefyd. Mae’n werth nodi nad gwellhad yw hwn, na hyd yn oed cyffur a fydd yn atal AMD rhag cynyddu. Ond mae’n edrych fel ei fod yn arafu cynnydd, sy’n gynnydd ei hun, ac felly mae i’w groesawu’n fawr.

Os hoffech chi ragor o wybodaeth am unrhyw o’r pynciau sydd wedi’u codi, cysylltwch gyda fi ar **07494 468 007** neu ffonio’r rhif Cyngor a Gwybodaeth, **0300 3030 111.**

Dymuniadau gorau,

Marian