

Termau Cyffredin A-Y Iechyd Meddwl a Lles yn Gymraeg

Eisiau gwybod y term Cymraeg am gyflwr iechyd meddwl? Dyma ganllaw defnyddiol sy'n rhestru'r rhai mwyaf cyffredin. Os oes term ar goll neu os oes gennych unrhyw awgrymiadau ar sut allwn wella cynnwys ein hadnoddau, croeso i chi gysylltu â ni trwy e-bostio: myf.cymru@bangor.ac.uk.

	Cymraeg	Saesneg
A	Adnoddau	Resources
	Afiechyd	Disease
	Agoraffobia	Agoraphobia
	Alcohol	Alcohol
	Anhwylder Affeithiol Deubegwn	Bipolar Affective Disorder
	Anhwylder Affeithiol Tymhorol	Seasonal Affective Disorder (SAD)
	Anhwylder Diffyg Sylw a Gorfywigrwydd	ADHD - Attention Deficit Hyperactivity Disorder
	Anhwylder Dysfforig Cyn Mislif	Premenstrual dysphoric disorder
	Anhwylder Dymorffia'r Corff	Body Dysmorphia Disorder
	Anghenion Addysgiadol Arbennig	SEN - Special Educational Needs
	ASA - Anhwylder Sbectrwm Awtistiaeth	ASD - Autism Spectrum Disorder



	Cymraeg	Saesneg
A	Arholiadau	Exams
	Arian	Money
B	Bwlimia	Bulimia
	Bwlio	Bullying
C	CALIE (Cymunedau Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig)	BAME
	Camesgoriad	Miscarriage
	Canllaw	Guide
	Clywed Lleisiau	Hearing Voices
	Cwmsela	Counselling
	Cymuned	Community
	Cyfraith	Law
	Cyfryngau Cymdeithasol	Social Media
	Cyfryngau	Media
	Cymorth	Help or support
	Cymuned	Community



	Cymraeg	Saesneg
Ch	Chwalfa Feddylol	Mental Breakdown
D	Dadbersonoli	Depersonalisation
	Dadwireddu	Derealization
	Dermatillomania	Dermatillomania
	Diabwlimia	Diabulimia
	Dibyniaeth	Dependency
	Dicter	Anger
	Dyslecsia	Dyslexia
	Dyspracsia	Dyspraxia
	Dysthymia	Dysthymia
E	Emetoffobia	Emetophobia
	Erthyliaid	Abortion
	Ewfforia ôl-enedigol	Postnatal euphoria
Ff	Ffobiâu	Phobias
G	Galar	Grief



	Cymraeg	Saesneg
G	Gamblo	Gambling
	Gofalu	Caring
	Gorbryder	Anxiety
	Gorbryder Cymdeithasol	Social Anxiety
	Gorbryder Iechyd	Health Anxiety
	Gorflino	Burnout
	Gwaith	Work
	Gwasanaethau	Services
	Gwytnwch	Resilience
H	Helpu Eraill	Helping Others
	Hunan-barch	Self-respect
	Hunan-ddelwedd	Self-image
	Hunan-hyder	Self-confidence
	Hunan-niweidio	Self-harm
	Hunan-ofal	Self-care
	Hunaniaeth Rhyw	Gender Identity



	Cymraeg	Saesneg
I	laith	Language
	Iselder	Depression
	Iselder ôl-enedigol	Postnatal depression
L	LHDTC+	LGBTQ+
	Lwfans Byw i'r Anabl	Disability Living Allowance
LI	Lles	Welfare
	Llesiant	Wellbeing
M	Mania	Mania
	Meddyg	Doctor
	Meddyginiaeth	Medication
O	Orthorecsia	Orthorexia
P	Perffeithiaeth	Perfectionism
	Perthynas	Relationship
	Plant	Children
	Pobl Hŷn	Older People
	Pobl Ifanc	Young People



	Cymraeg	Saesneg
P	Poen	Pain
	Problemau Cysgu	Sleep Problems
	Pylliau o Banig	Panic Attacks
Rh	Rhyw	Sex
S	Samariaid	Samaritans
	Seicosis	Psychosis
	Seiciatreg	Psychiatry
	Seiciatrydd	Psychiatrist
	Seicloegydd Clinigol	Clinical Psychologist
	Sgitsoffrenia	Schizophrenia
	Stigma	Stigma
	Straen	Stress
	Syndrom Asperger	Asperger's Syndrome
T	Teimladau Hunanladdol	Suicidal Feelings
	Teulu a Ffrindiau	Family and Friends
	Trais	Violence



	Cymraeg	Saesneg
T	Trais Rhywiol	Sexual Violence
	Trichotillomania	Trichotillomania
	Triniaethau	Treatments
Th	Therapi Gwybyddol Ymddygiadol	Cognitive Behavioural Therapy
	Therapi Ymddygiad Dialectig	Dialectical Behavioural Therapy
	Therapydd Galwedigaethol	Occupational Therapist
U	Unigrwydd	Loneliness
Y	Y tu allan i oriau	Out of Hours
	Ymarfer Corff	Physical Exercise
	Ymarferydd Iechyd	Health Practitioner
	Ymdopi	Coping
	Ymenydd	Brain
	Ymyriad	Intervention
	Ymwybyddiaeth Ofalgar	Mindfulness
	Ysbyty	Hospital

