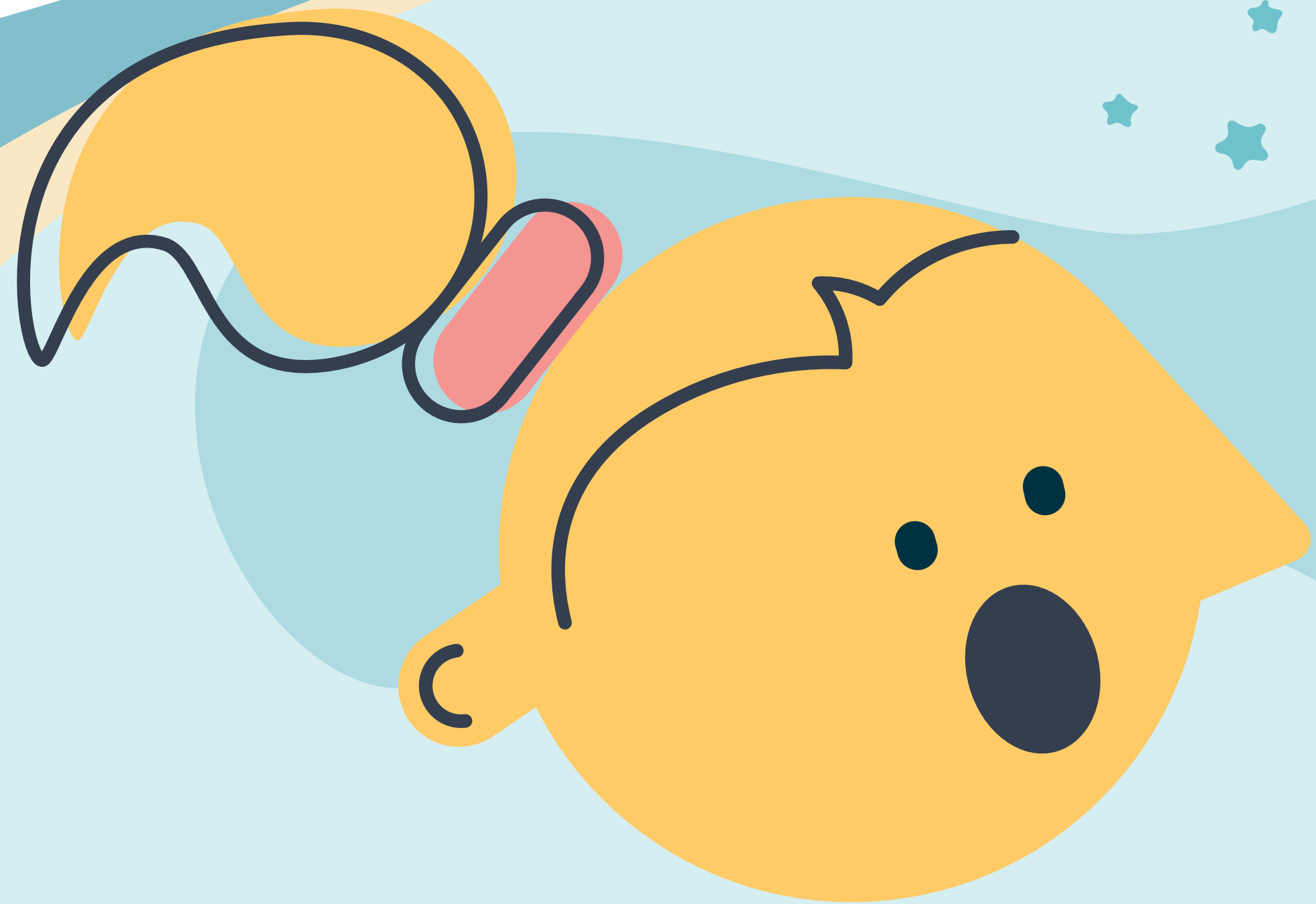
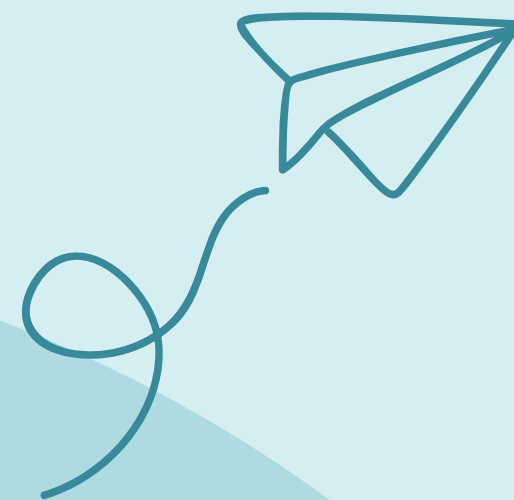
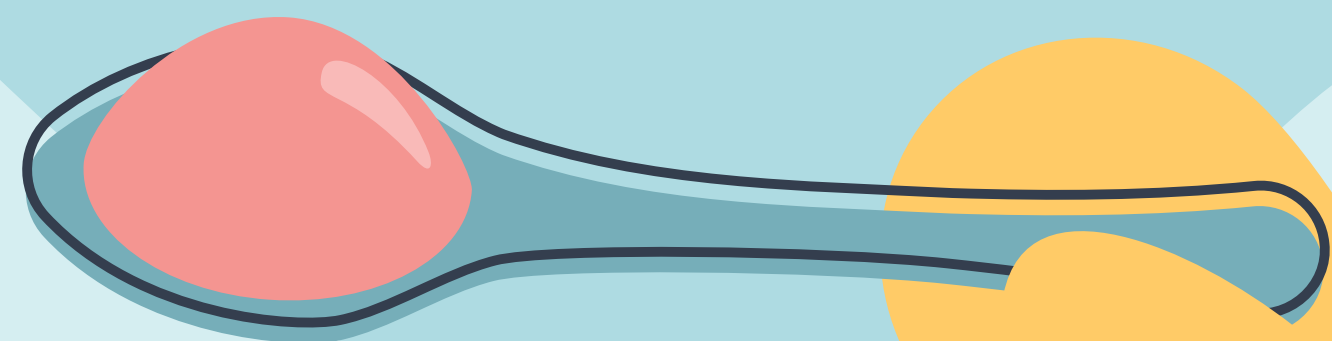


abpi



# Meddyginiaeth Ellie





Roedd Ellie yn wael. Roedd ei llygaid bach yn brifo ac roedd hi'n boeth.

Gorweddodd yn ei gwely bach ac, gan grynu, tynnodd y dillad gwely i fyny o amgylch ei gên. Edrychodd ar ei thedis yn drist, a dymunodd deimlo'n well. Daeth ei mam i mewn i'r ystafell wely gyda photel o feddyginiaeth.

“Mam, pam ydw i mor boeth?” gofynnodd. “Rwy'n teimlo mor wael” a rhedodd deigr yn bach i lawr ei boch.



Eisteddodd ei mam ar y gwely wrth ei hymyl ac aildrefnodd ei thedis ar y gwely, fel eu bod yn eistedd i fyny yn fwy cyfforddus.

“Cofia fod y meddyg wedi dweud dy fod yn sâl” meddai,  
“Ond mae gen i feddyginiaeth nawr i dy helpu i deimlo’n well”.

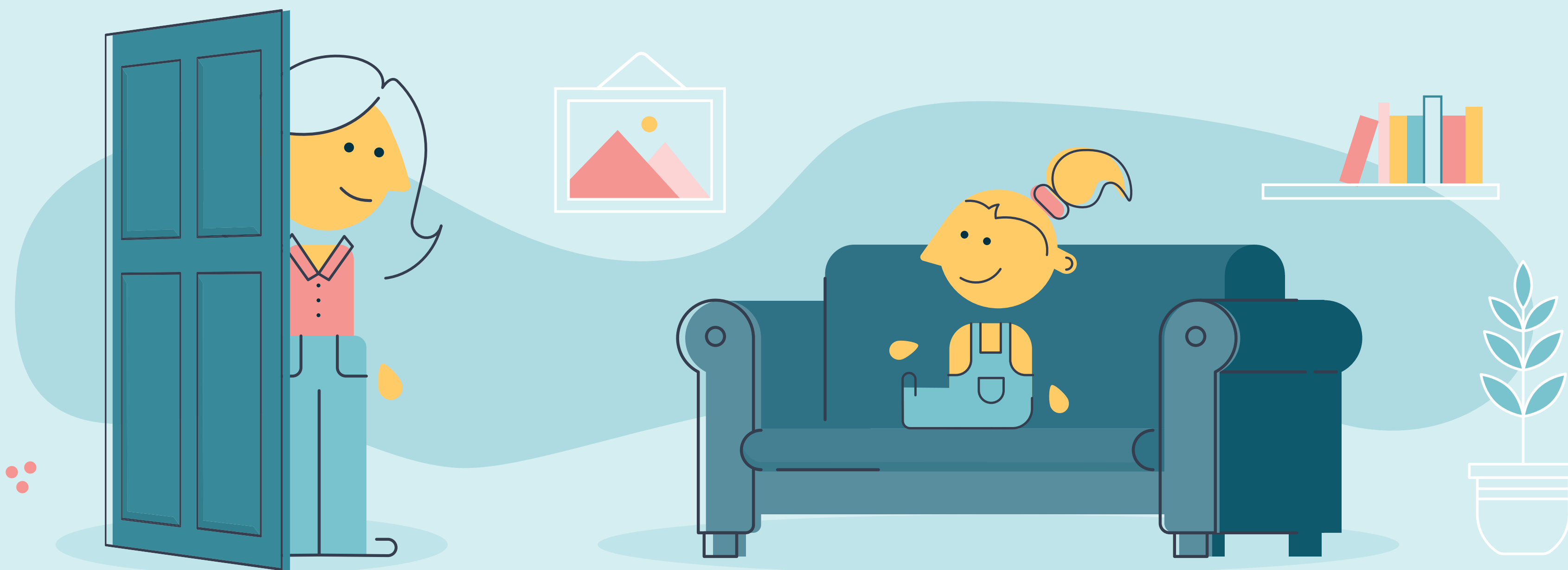
“A fydda i’n ddigon iach i chwarae tu allan gyda fy ffrindiau yn nes ymlaen?” Roedd llygaid mawr glas, dagreuol Ellie yn syllu ar ei mam, gan obeithio y byddai’n dweud ie.

Ond yn anffodus, ni ddywedodd hi ie. Roedd yn edrych fel y

byddai’n rhaid i Ellie aros yno heddiw. A hyd yn oed yfory efallai...

Doedd hi ddim yn ferch fach hapus o gwbl. Cysura mam Ellie ei phen yn dyner, ac yn fuan, roedd Ellie yn cysgu.





Roedd ei mam yn iawn, arhosodd Ellie yn y gwely drwy'r diwrnod hwnnw a thrwy'r diwrnod wedyn, ond y diwrnod canlynol, roedd hi'n teimlo ychydig yn gryfach ac yn gallu mynd i lawr y grisiau.

Eisteddodd Ellie ar y sofa yn gwyllo'r teledu. Roedd un o'i

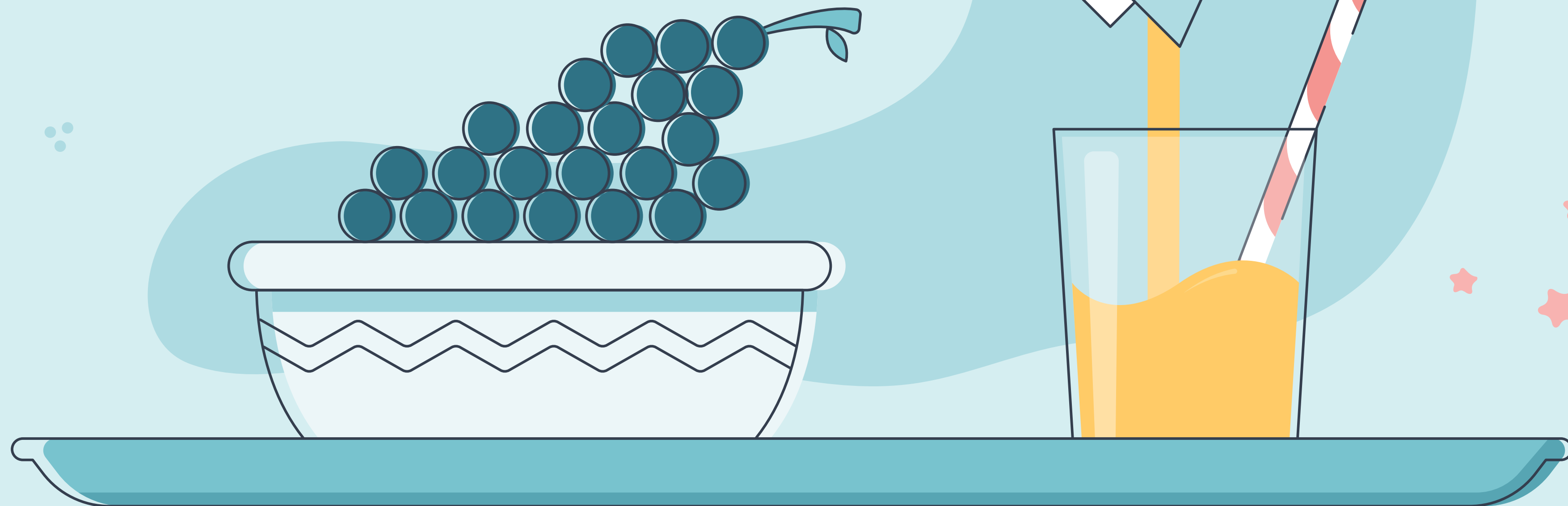
hoff raglenni ymlaen, ac, wrth ddod i lawr y grisiau, clywodd mam Ellie ei merch yn chwerthin wrth iddi fwynhau'r rhaglen.

Tarodd ei mam ei phen o gwmpas y drws, gan wenu wrth wyllo Ellie. Am olygfa wahanol i olygfa'r diwrnod o'r blaen! Roedd mam Ellie yn falch bod y

feddyginiaeth wedi gwneud i'w merch deimlo'n well.

Trodd Ellie at ei mam, ei hwyneb bach ddim yn welw ac yn sâl bellach, a gofynnodd am ddiod, am ychydig o fwyd, ac efallai trî.

Gan chwerthin yn ôl, aeth ei mam i  
mewn i'r gegin i roi hambwrdd o fwyd  
at ei gilydd. Wrth edrych yn yr oergell,  
llygadodd sudd oren ffres a, wedi cydio  
mewn gwydr, tywalltodd ychydig ohono.  
Yna daeth y grawnwin am eu siwgr  
naturiol i roi egni i'w merch. Bydd hynny'n  
gwneud lles i'w merch roedd hi'n meddwl!





Bwytaodd Ellie yn dda a gorrffennodd y plât o fwyd. Cafodd y grawnwin eu bwyta yn gyntaf ac, yn olaf, mwynhaodd loli iâ. Eisteddodd yn ôl pan oedd hi wedi gorffen gydag ochenaid fawr hapus.

“O, roedd hynny’n dda, diolch!” meddai, a nawr yn llawn, dyma hi’n swatio gyda’i hoff dedi, Mags, a thynnu’r flanced i fyny dros ei choesau.



Daeth sŵn swllyd uchel o'r gegin a neidodd ei mam i fyny gan weiddi "O na!" a rhedodd i mewn i'r ystafell arall. "O Rusty!", ebychodd, "Mae'n bod yn sâl, dof yn ôl i mewn, mewn munud", galwodd yn ôl at ei merch, yn ymwybodol y byddai Ellie eisiau gwybod beth oedd y sŵn.

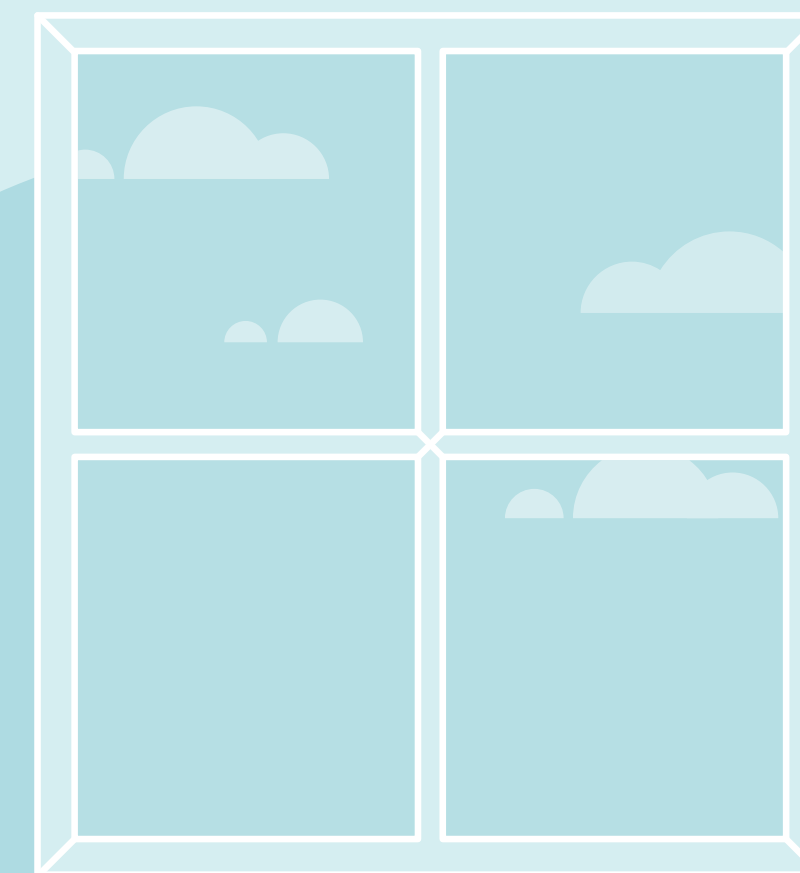
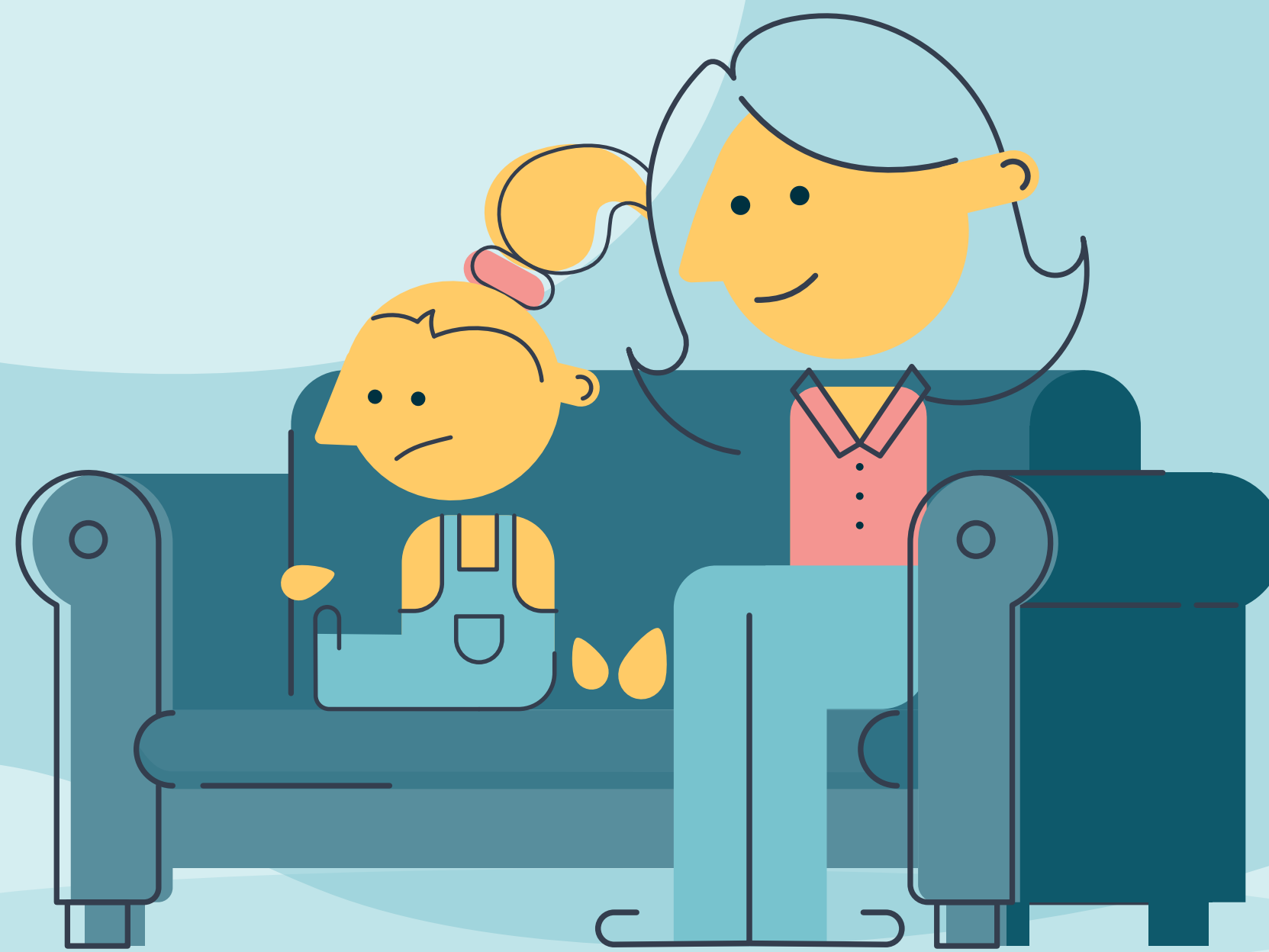
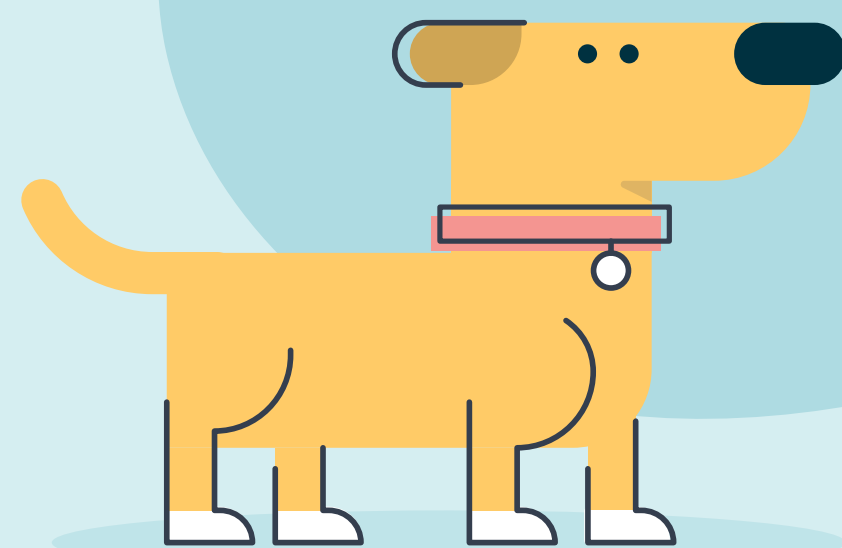
Wedi cael gafael ar ychydig o bapur cegin a photel o ddiheintydd, glanhaodd faw'r ci.

O'r diwedd, a chyda llawr wedi'i lanhau, aeth ei mam yn ôl i'r lolfa, ei dwylo'n dal yn wlyb o'r golchiad da roedd hi newydd ei roi iddynt.

“Whiw!” ebychodd! “Rusty druan!”.

Gydag wyneb pryderus, gofynnodd Ellie pam roedd Rusty wedi bod yn sâl. Oedd e'n anhwylyd hefyd?

Esboniodd ei mam, wrth swatio gyda'i merch fach, fod Rusty wedi bod yn bwyta glaswellt i helpu y tu mewn i'w gorff i weithio'n well. Mae cathod yn gwneud yr un peth hefyd.



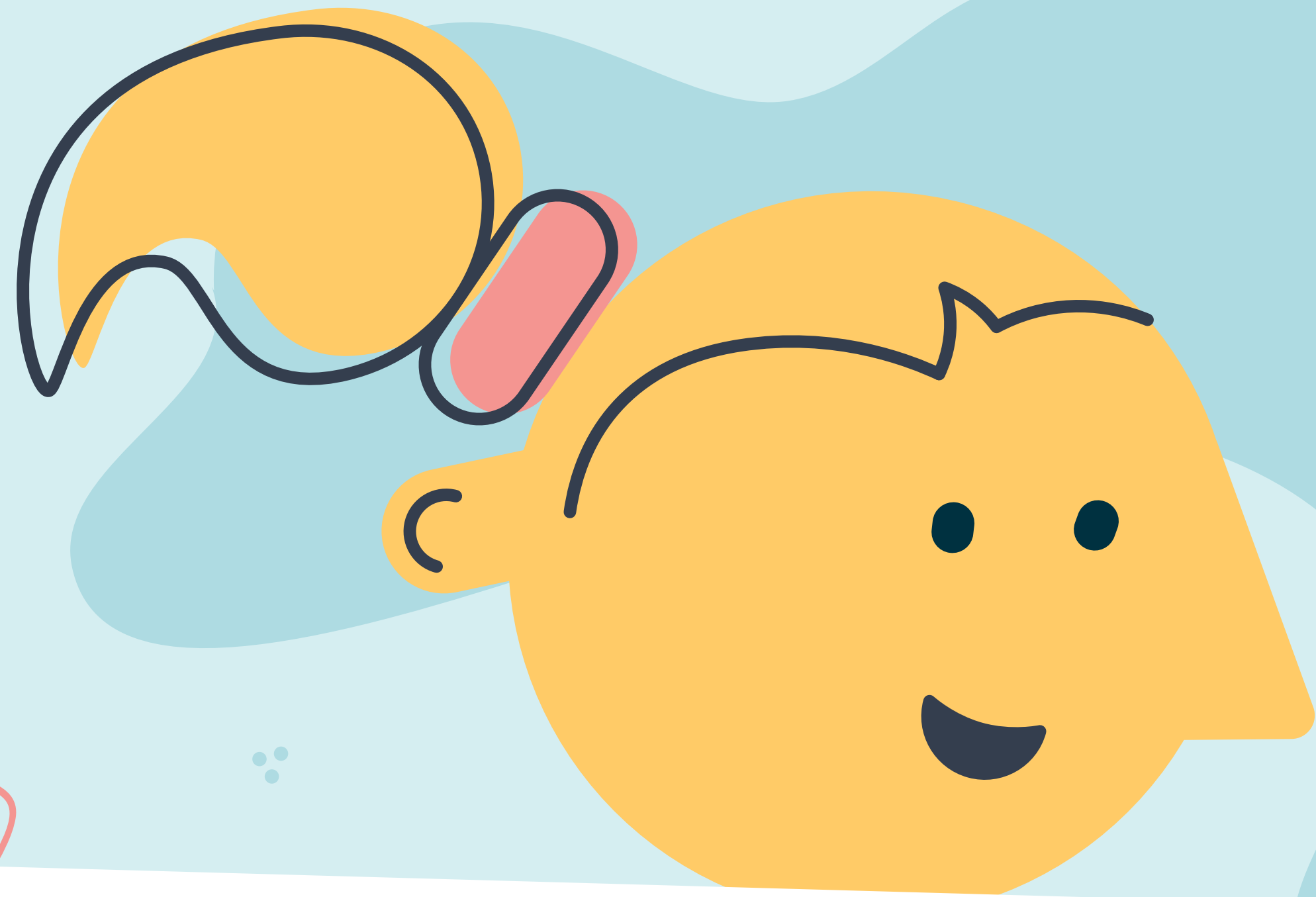


Yn teimlo'n llawer gwell, eisteddodd Rusty ar y llawr yn gwrando ar y sgwrs. Mewn gwirionedd, roedd yn teimlo'n llawer gwell nawr gan ei fod wedi bod yn sâl. Roedd wedi cael bola tost ond roedd bwyta'r glaswellt wedi ei helpu i fod yn sâl, ac felly i gael gwared ar yr holl fygiau cas yn ei stumog. Dim ond ar gyfer anifeiliaid y mae hyn yn gweithio, nid i blant bach fel Ellie!

Roedd mam Ellie nawr yn dweud bod cŵn hefyd yn bwyta glaswellt gan ei fod yn cynnwys ffibr (fel eich grawnfwyd), ac mae'n gwneud eu gwaed yn iachach. Mae angen i gŵn fwyta eu llysiau gwyrdd hefyd!

"Wel wir!" meddylodd Rusty, ei ben blewog yn symud o ochr i ochr wrth iddo wrando'n astud.





“Felly, mae fel meddyginiaeth?”  
gofynnodd Ellie.

“Ie, mae hynny’n iawn,  
cariad, nid oes gan anifeiliaid  
feddyginiaethau fel rhai ni, ond  
mae ganddyn nhw eu math eu  
hunain o driniaethau” atebodd  
ei mam

“O ble mae ein meddyginiaethau  
yn dod?” Roedd llygaid Ellie yn  
llawn diddordeb. Plygodd Mags  
y tedi ei phen i un ochr hefyd.  
Roedd hyn yn ddiddorol iawn!  
Ni allai aros i ddweud wrth y  
teganau eraill i fyny’r grisiau!

Teimlai Ellie fod Mags yn symud  
ac, wrth feddwl ei bod yn llithro,  
fe’i cofleidiodd hi’n agosach fyth.



Cododd ei mam y gwydr gwag a oedd yn cynnwys y sudd oren, a'i ddal allan o'i blaen. "Wyt ti'n gweld hwn? Mae gan sudd oren ffres lawer o ddaioni ynddo. Mae'n cynnwys llawer o fitaminau. Un o'r rhain yw fitamin C, sy'n helpu i frwydro yn erbyn bygiau. Os ydych chi'n teimlo'n sâl, mae'n dda bwyta pethau a fydd yn eich helpu i frwydro yn erbyn y bygiau cas."

"Fel ffrwythau a llysiau!" gwaeddodd Ellie, ei hwyneb hapus, yn disgleirio'n llachar.

"Yn union!" meddai ei mam.

“Felly o ble mae fy moddion â blas banana yn dod? O fananas?!” gofynnodd hi.

“Ti'n gwybod beth, dwi ddim yn siŵr” atebodd ei Mam. “Beth am i ni ddarganfod?” a chyda hynny, cododd ei chyfrifiadur oddi ar y bwrdd nesaf atynt, a throdd hi ymlaen.

Dechreuasant gyda'r fferyllydd, gan mai dyna le yr aethant i nôl y feddyginiaeth a ragnodwyd gan eu meddyg.

Yna, dysgon nhw fod y feddyginiaeth yn cael ei gwneud gan gwmnïau arbennig, a elwir yn gwmnïau fferyllol.



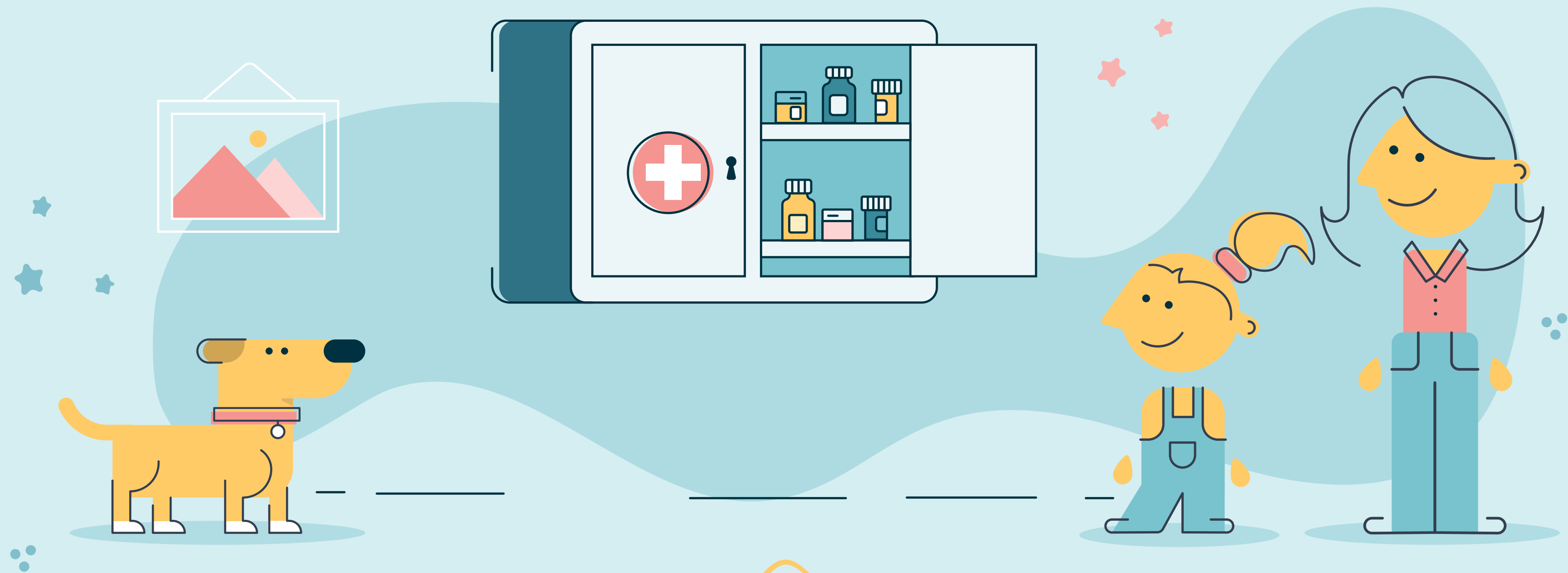


Nid oedd bananas yn y feddyginiaeth mewn gwirionedd, ac nid meddyginiaeth â blas banana oedd enw'r feddyginiaeth ychwaith - mewn gwirionedd roedd gan y feddyginiaeth enw hir a rhyfedd, ac roedd yn fath o feddyginiaeth a elwir yn wrthfotig. Dywedodd mam Ellie wrth Ellie fod gwrthfotigau yn dod o fath o llwydni!

“Llwydni!” meddai Ellie, “Ydych chi'n golygu'r stwff blewog sy'n gorchuddio bwyd sy'n mynd yn ddrwg?!” Roedd golwg ffaidd ar ei hwyneb.

“Ydy hynny'n golygu fy mod i wedi bwyta llwydni?”

“Nid yn union, cariad”, meddai ei mam, gan wenu a'i chofleidio'n agosach.



Roedd wyneb Mags yn bictiwr, gan wneud i Rusty chwerthin (roedd yn rhaid iddo ei guddio fel swm arall - doedd e ddim eisiau iddyn nhw wybod pam ei fod yn chwerthin - ac ar ben hynny, nid yw cŵn yn chwerthin, - neu ydyn nhw?!).

Gan godi ael i gyfeiriad Rusty, aeth mam Ellie ymlaen i egluro bod y llwydni arbennig iawn hwn wedi'i ddarganfod i ladd rhai bygiau cas.

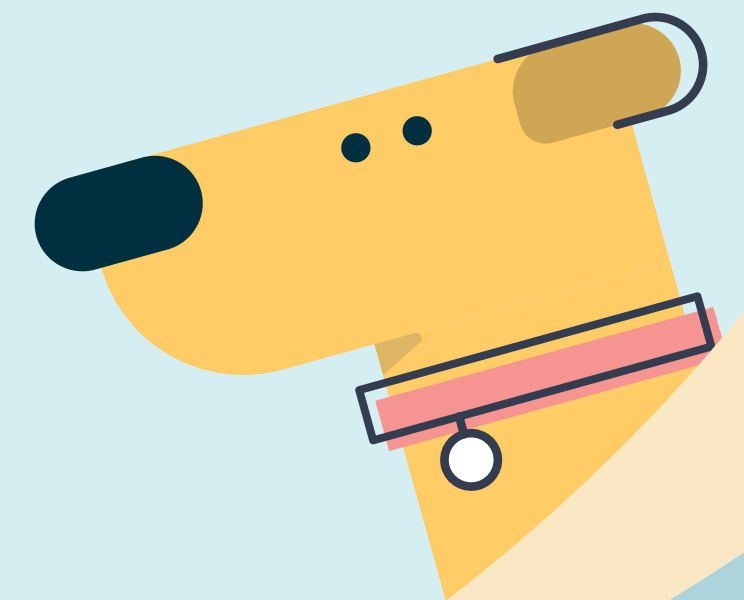
Roedd Ellie wedi ei swyno - am beth pert yw'r math yma o lwydni a pha mor wych

oedd e. Roedd wedi gwneud iddi deimlo'n well ac wedi cael gwared ar y bygiau cas!

Aeth mam Ellie ymlaen i egluro bod llawer o feddyginiaethau eraill yn cael eu defnyddio bob dydd i helpu pobl i wella.



Am fwy o straeon am Ellie, ei  
theulu, ei ffrindiau a'i thedis, yn  
ogystal â adnoddau addysgu  
eraill, ewch i:  
[www.abpischools.org.uk](http://www.abpischools.org.uk)



Cylluniwyd gan tothepoint

Stori gan Rebecca Dixon-Watmough  
Crëwr llawrydd ac awdur straeon plant.

