

Meddyg: Oce, felly helo, Elliot ydy f'enw i – rydw i'n un o'r meddygon. Beth sydd wedi peri i chi ddod yma heddiw?

Claf: Wel, rydw i wedi bod yn cael y crychguriadau (*palpitations*) hyn, dydyn nhw ddim yno trwy'r amser, ond mae'n teimlo fel petai fy nghalon yn rasio ac mae'n ymddangos eu bod nhw'n dod i'r amlwg ar ôl i mi gael paned o goffi.

Meddyg: Iawn, ydych chi'n fyr eich gwynt pan fo hyn yn digwydd?

Claf: Na, na – fydda i ddim yn fyr fy ngwynt.

Meddyg: Ydych chi wedi sylwi bod y rhain yn digwydd ar adegau penodol o'r dydd?

Claf: Na, nid felly.

Meddyg: Iawn, wel, mae crychguriadau yn eithaf cyffredin yn y boblogaeth, yn enwedig os ydych chi wedi bod yn cael llai o gwsg, mwy o gaffein, mwy o straen. Gallent hefyd fod oherwydd ffactorau eraill y mae'n rhaid i ni eu croesi allan. Ydych chi'n teimlo bod unrhyw un o'r rheini'n berthnasol i chi?

Claf: Ydw, ydw – yn bendant. Rydw i'n bendant wedi sylwi arnyn nhw ar ôl i mi gael paned o goffi neu wrth baratoi i ymarfer corff yn y gampfa, oes unrhyw gyffuriau eraill yn achosi crychguriadau?

Meddyg: Wel, fe all caffein ac felly hefyd symbylyddion eraill hefyd. Ydych chi'n cymryd unrhyw gyffuriau eraill?

Claf: Na, na, dim cyffuriau eraill... Ym, beth am steroidau?

Meddyg: Wel, na – tydw i ddim yn credu hynny. Ydych chi'n cymryd steroidau? Mi allen nhw fod yn eithaf peryglus.

Claf: Ym

Meddyg: Ni ddylech chi gymryd y rheiny.

Claf: Reit, iawn. Felly, beth am y crychguriadau?

Meddyg: Wel, un opsiwn yw cynnal profion gwaed i sicrhau nad oes achos meddygol yn cyflyru'r crychguriadau a fe allen ni wneud ECG yn ogystal i olrhain eich calon – i weld a oes unrhyw rythmau anarferol. Fe ddylech chi, mwy na thebyg, roi'r gorau i'r steroidau'n gyntaf oherwydd fe allen nhw annilysu'r profion.

Claf: Reit, ym...ym – ie, iawn.