**Adnodd SRUDB**

Ydych chi'n gwneud eich hun yn Sâl oherwydd eich bod yn teimlo'n anghyfforddus llawn?

Ydych chi'n poeni eich bod chi wedi colli Rheolaeth dros faint rydych chi'n ei fwyta?

Ydych chi wedi colli mwy nag Un garreg yn ddiweddar mewn cyfnod o 3 mis?

Ydych chi'n credu eich bod yn Dew pan fydd eraill yn dweud eich bod yn rhy denau?

A fyddech chi'n dweud bod Bwyd yn dominyddu eich bywyd?

Un pwynt ar gyfer pob "ydw"; Mae sgôr o > = 2 yn dynodi achos tebygol o anorecsia nerfol neu bwlimia

Dylai sgrinio manteisgar ar gyfer grwpiau risg uchel mewn practis cyffredinol gynnwys:-

* Merched ifanc
* Cleifion â BMI isel neu uchel
* Pobl ifanc yn ymgynghori gyda phwysau pryderon
* Menywod sydd ag aflonyddu ar y mislif neu amanferthol
* Cleifion ag aflonyddwch gastroberfeddol
* Cleifion â phroblemau seicolegol

Ceir tystiolaeth bod ymyrraeth gynnar yn gwella canlyniadau ac felly mae sgrinio yn offeryn gwerthfawr.