



Mynd i weld osteopath?

YSTYRIWCH Y CANLYNOL

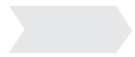
1 Pethau sydd angen i mi eu gwybod cyn fy ymgynghoriad



Beth allai fy nhriniaeth ei gynnwys?



Faint fydd fy ymgynghoriadau'n gostio?



Pa mor hir fydd yr ymgynghoriad?



Alla i ddod â rhywun gyda mi?



Beth ddylwn i ei wisgo?

2 Bydd fy osteopath am wybod amdanaf fi fel person, felly mae'n werth ystyried y canlynol ymlaen llaw:

Beth sy'n bwysig i mi?

Beth yw fy nisgwyliaidau o driniaeth osteopathig?

Beth yw fy nodau o ran fy iechyd a lles ar ôl y driniaeth?

Oes gen i unrhyw ddymuniadau, pryderon neu gwestiynau am driniaeth osteopathig?

3 Yn ystod neu ar ôl fy ymgynghoriad



Mae'n beth da gofyn cwestiynau yn ystod neu ar ôl fy ymgynghoriad



Maen nhw'n fy annog i roi adborth i wella fy mhrofiad fel claf



Beth allai i ei wneud i helpu fy nhriniaeth yn fy amser fy hun?