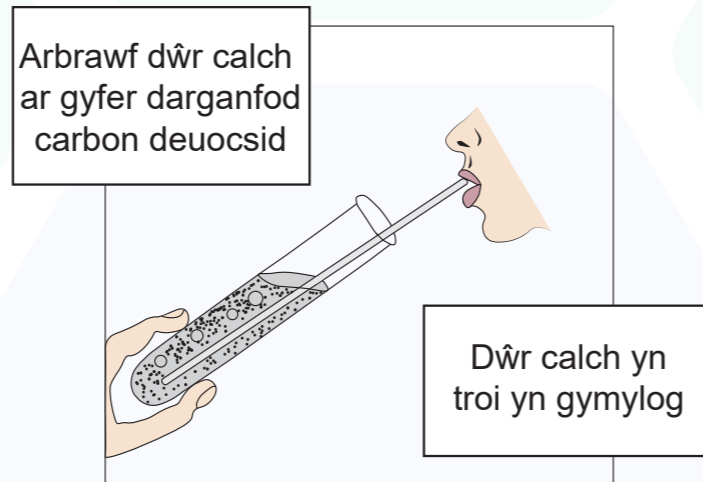


Yr aer rydyn ni'n ei anadlu

Mae'r aer rydyn ni'n ei anadlu yn cynnwys gronynnau a bacteria a allai fod yn beryglus os ydyn nhw'n mynd i mewn i alfeoli yr ysgyfaint.

Mae'r aer rydyn ni'n ei anadlu i mewn (aer wedi'i fewnanadlu) ac allan (aer wedi'i allanadlu) yn cynnwys cyfrannau gwahanol o nwyon gan ein bod ni'n **defnyddio ocsigen** ac yn **cynhyrchu carbon deuocsid a dŵr**.

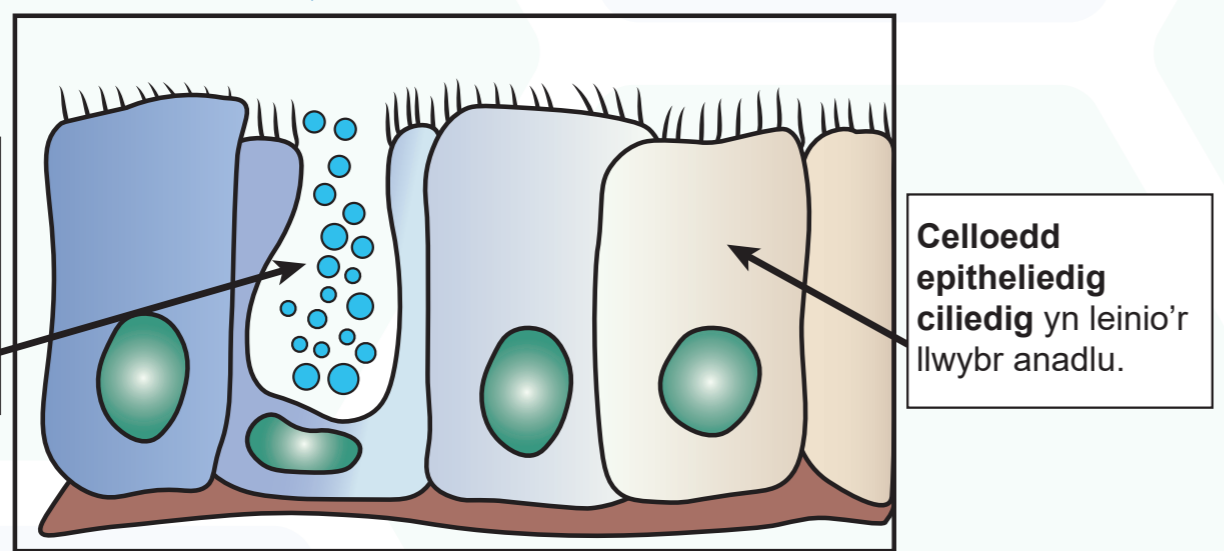
Cyfran y nwyon yn yr aer (%)		
Nwy	Aer wedi'i fewnanadlu	Aer wedi'i allanadlu
Ocsigen	21	16
Carbon deuocsid	0.04	4
Dŵr	Amrywiol	Dirlawn
Nitrogen	78	78



Gallwn brofi aer sydd wedi dod i ben am **garbon deuocsid** gan ddefnyddio **dŵr calch**.

Cadw'r ysgyfaint yn lân

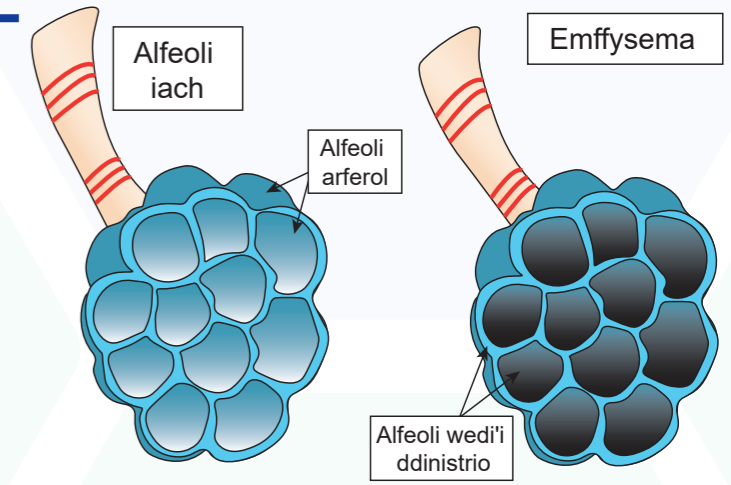
Mae **cilia** yn curo ac yn symud mwcws i fyny'r tracea i'w lyncu.



Yn ogystal â phethau eraill, **mae ysmygu yn parlysu'r cilia** ac mae'r mwg yn cynnwys gronynnau sy'n **cloccio mwcws**.

Ysmygu

Y cemegyn mewn mwg sigarêts	Effaith ar y corff
Tar	Yn cynnwys carcinogenau sy'n achosi cancer yr ysgyfaint
Nicotin	Caethiwus



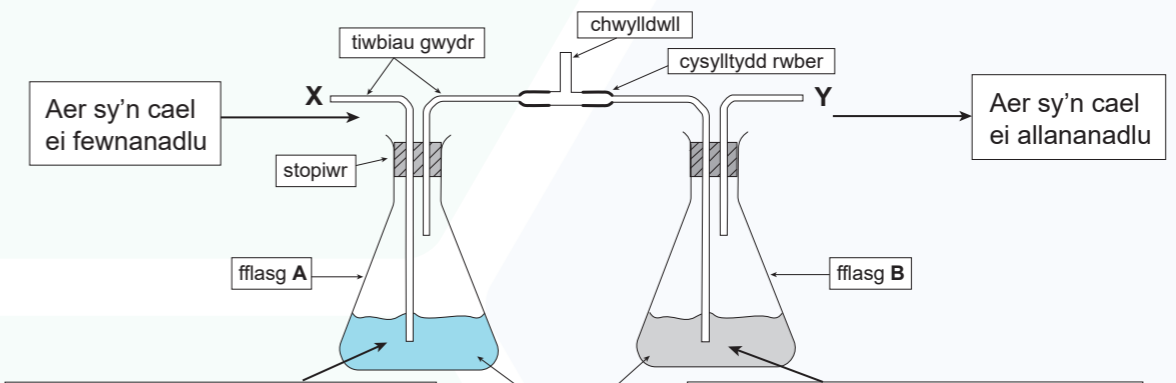
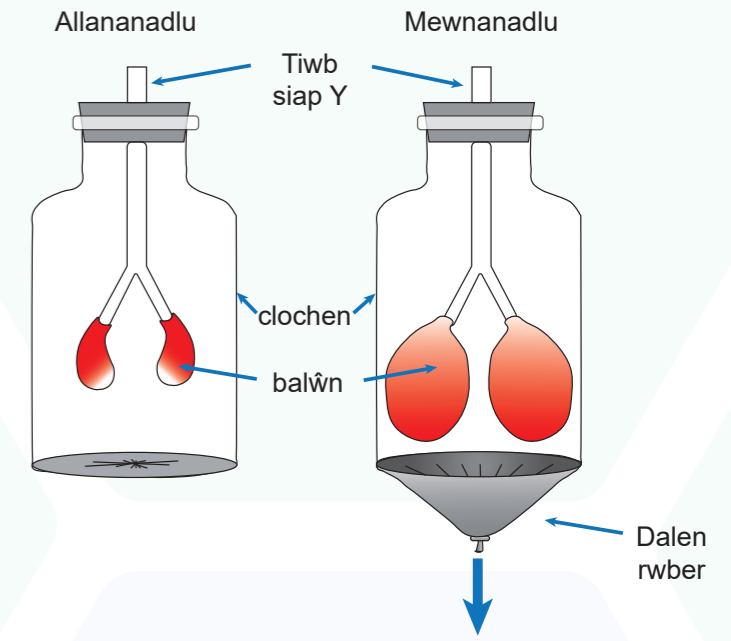
Mae ysmygu yn dinistrio meinwe'r ysgyfaint, gan arwain at:

Emffysema

Achosir y clefyd hwn gan y waliau alfeolaidd yn torri i lawr, gan leihau'r arwynebedd ar gyfer cyfnewid nwyon. Byddai claf yn ei chael hi'n anodd cael digon o ocsigen ar gyfer gweithgareddau pob dydd.

Modelu'r system resbiradu

- Cyfyngiadau'r model clochen:**
 - Balŵns ar gyfer yr ysgyfaint ond nid ydynt yn llenwi'r jar
 - Clochen ar gyfer asennau ond nid yw'n symud fel y mae asennau'n symud
 - Nid yw'r ddalen rwber yn gorwedd yn wastad.
- Cyfarpar chwythu**



Mae aer sy'n cael ei fewnanadlu yn cael ei dynnu i mewn trwy'r dŵr calch hwn; dim ond **ychedig yn gymylog** y mae'n ei droi gan fod cyn lleied o garbon deuocsid.

Mae aer sy'n cael ei allanadlu yn cael ei fyrlymu trwy'r dŵr calch hwn. Mae'n **troi'n gymylog iawn**, sy'n ddangos bod y carbon deuocsid yn cynyddu.