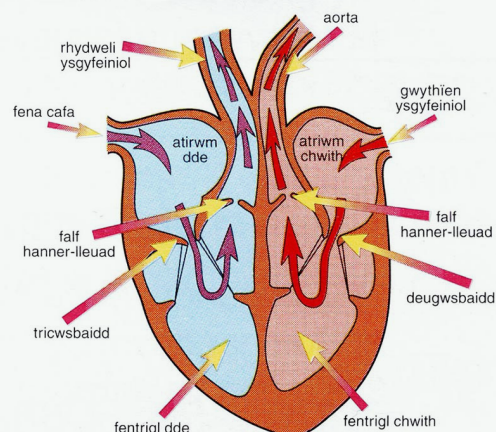


Y galon

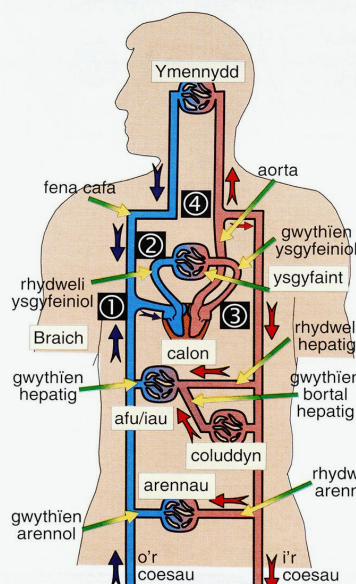
Pwmp yw'r galon. Mae'n cynnwys pedair siambr: yr atriwm chwith, y fentrigl chwith, yr atriwm dde a'r fentrigl dde. Mae pedair falf. Mae'r rhain yn gwneud yn siŵr mai dim ond un ffordd y mae'r gwaed yn llifo - sef ymlaen. Maen nhw'n rhwystro'r gwaed rhag llifo yn ôl.



Mae'r galon yn pwmpio gwaed o gwmpas y corff er mwyn cludo ocsigen a bwyd i'r celloedd a chludo gwastraff megis carbon deuocsid i ffwrdd.

Dyma sut mae'n gweithio:

- Pan fydd y gwaed yn mynd i mewn i'r galon, mae'n ddiocsigenedig.
- Felly, mae'n cael ei bwmpio i'r ysgyfaint er mwyn casglu ychydig o ocsigen.
- Ar ôl casglu'r ocsigen, mae'r gwaed yn ocsigenedig ac mae'n teithio'n ôl i'r galon.
- Yna, mae'n cael ei bwmpio o gwmpas y corff fel bod pob cell yn cael yr ocsigen angenrheidiol.
- Mae gwaed sy'n teithio o'r galon yn cael ei gario drwy **rydweiliau**.
- Mae'r gwaed sy'n llifo i'r galon yn cael ei gario drwy **wythiennau**.



Oeddech chi'n gwybod ...?

- Y galon yw un o organau pwysicaf y corff.
- Mae calon dyn yn pwyso tua 283 gram (10 owns). Mae calon dynes yn pwyso tua 226 gram (8 owns).
- Os ydych chi'n gwneud dau ddwrn gyda'ch dwylo ac yn eu rhoi nhw ochr yn ochr, dyna faint eich calon chi - fwy neu lai.
- Mae'r rhan fwyaf o bobl yn meddwl bod y galon ar ochr chwith y corff, ond mae hi wedi ei lleoli yng nghanol y frest - rhwng yr ysgyfaint.
- Mae'n curo tua 70 gwaith y funud ... am 60 munud yr awr ... am 24 awr bob dydd er mwyn eich cadw chi'n fyw. Mae'n curo tua 35 miliwn gwaith y flwyddyn.
- Mae calon dynes yn curo'n gynt na chalon dyn.
- Mae'r galon yn cael ei defnyddio fel symbol o gariad. Efallai mai'r rheswm am hyn yw bod y bobl a oedd yn byw yn yr Aifft amser maith yn ôl yn credu bod y galon yn rheoli emosiwn a deallusrwydd. Yn ogystal, roedd pobl China, amser maith yn ôl, yn credu bod cysylltiad rhwng y galon a hapusrwydd.
- Mae pobl sydd ddim yn gwneud llawer o ymarfer corff yn fwy tebygol o ddioddef o glefyd y galon. Mae ymarfer digon yn bwysig, felly!