|  |  |
| --- | --- |
| Diaroglydd | Gallwch fy nefnyddio dan eich breichiau pan fyddwch yn mynd yn chwyslyd |
| Hylif golchi’r corff / sebon | Gallwch fy nefnyddio yn y gawod neu yn y bath. Mae’n dda fy nefnyddio bob dydd. Yn enwedig yn ystod y glasoed pan fydd pobl yn chwysu mwy ac efallai’n drewi mwy |
| ‘Crop top’/bra | Efallai y byddwch yn dewis fy ngwisgo wrth i’r tethi a’r frest fynd yn fwy |
| Rasel | Yn ystod y glasoed mae pobl yn dechrau tyfu mwy o flew ac efallai y bydd rhai pobl yn dewis dechrau ei eillio. Dewis yw eillio ac nid oes angen hynny’n feddygol. Felly efallai y byddwch yn fy nefnyddio i gael gwared ar flew |
| Nwyddau mislif | Rydych yn fy nefnyddio i ddal gwaed tua unwaith y mis. Rydw i’n dod mewn gwahanol fathau fel padiau, tamponau, cwpanau mislif, leininau a nicers |
| Siampŵ | Rydych yn fy nefnyddio ar eich gwallt. Yn ystod y glasoed, mae rhai pobl yn canfod bod eu gwallt yn mynd yn seimlyd ac efallai y bydd angen iddynt olchi eu gwallt yn amlach. |