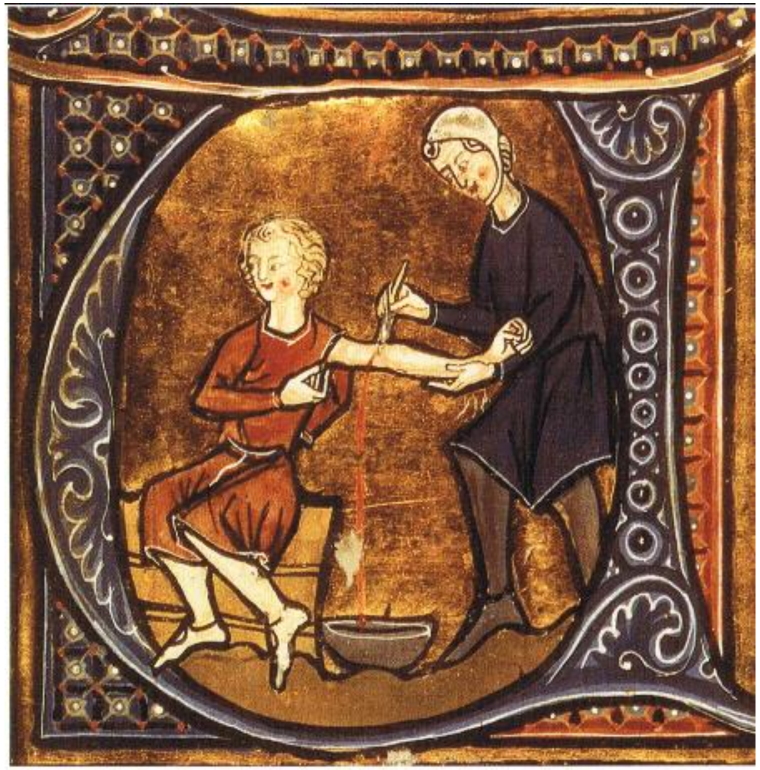
MYSTERIOUS AFAN CUDD
SALWCH, IECHYD A MEDDYGINIAETH

Yn yr Oesoedd Canol, yn union fel heddiw, roedd moddion am salwch yn hanfodol. Serch hynny, nid oeddent yn deall llawer am salwch, er bod pobl yn ysgrifennu am feddyginiaeth yn Gymraeg o'r 1300au ymlaen.

Roedd heintiau epidemig, megis y pla, yn dal yn gyffredin drwy'r 1400au.

Am feddyginiaeth roedd pobl yn defnyddio pethau naturiol megis llysiau, perlysiau, meini gwerthfawr ac hyd yn oed y lleuad, y sêr a'r planedau. Roedd crefydd hefyd yn bwysig, fel y dangosir yn y cerddi Cymreig sy'n sôn am iachâd.

Pan 'rydym ni yn sâl 'rydym yn ymweld â'n Meddyg Teulu; roedden nhw'n mynd at yr Apothecari. Roedd yr apothecari yn gwella pobl gan ddefnyddio perlysiau a meddyginiaeth a baratowyd ganddynt, ac yn cynnig cyngor a gwasanaethau meddygol a gwasanaethau cyffredinol.



Meddyg yn gwaedu claf. Priodolir i Aldobrandino o Siena: *Li Livres dou Santé*. Ffrainc, 13eg ganrif hwyrach / Y Llyfgell Prydeinig, *Creative Commons*

MYSTERIOUS AFAN CUDD

Goliwiad o gopi o *Li livres dou santé* gan Aldobrandino o Siena . British Library manuscript Sloane 2435, f. 44v.

Roedd y meddygon canoloesol hyn, dynion ar bob achlysur, yn dilyn syniadau'r meddygon o Groeg a Rhufain, Hippocrates a Galen.

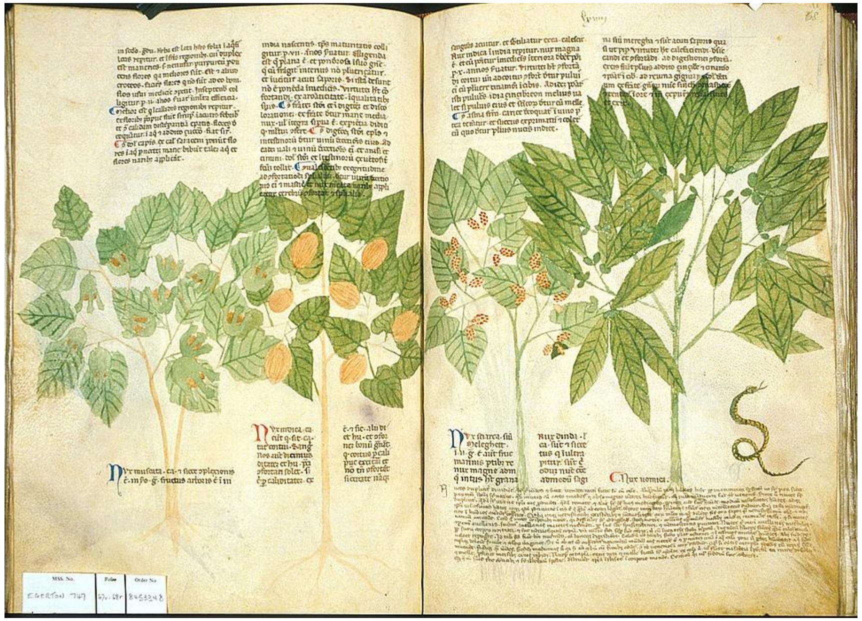
Roedd Hippocrates yn credu yn y syniad o'r pedwar gwlybwr. Roedd hyn yn honni bod y corff dynol wedi'i wneud o bedwar sylwedd: gwaed, fflem, bustl du a bustl melyn.

Os roeddech yn sâl roedd y meddygon yn credu bod hyn oherwydd bod eich gwlybyrau heb fod yn gytbwys. Felly, os oedd rhywun yn dioddef annwyd, roedd ei trwyn yn rhedeg ac, yn ôl Galen, dyna ddull y corff o waredu gormod o fflem. Roeddent hefyd yn credu bod y gwlybyrau'n gysylltiedig â'r tymhorau.

Pan fyddai meddygon yn trin cleifion, roeddent yn ceisio cael y corff i wneud yr hyn roedd yn ceisio gwneud ei hun. Er enghraifft, roedd Galen o'r farn taw ffordd y corff o gael gwared â gormod o waed oedd trwyn yn gwaedu.

Cafodd y syniadau a'r triniaethau hyn eu defnyddio tan y 19eg ganrif.

MYSTERIOUS AFAN CUDD



Bartholomaeus Mini de Senis, Public domain, via Wikimedia Commons https://en.wikipedia.org/wiki/Treatise_on_Herbs#/media/File:BL_Egerton_747,_f.067v-068r.jpg

Mae cerddi Cymraeg y cyfnod yn cyfeirio at seintiau, eli sanctaidd a ffynhonnau iachusol, a byddai pob mynach yn cynnig moddion i bobl, ac yn edrych ar eu holau yn yr abatai.

Pan aeth pobl i ymladd yn rhyfel y Groesgadau, roeddent yn dychwelyd o Gaersalem gyda meddyginiaethau a thriniaethau newydd: roedd Cristnogion yn edrych ar ôl eraill mewn ysbytai, tlotai, hosteli a chartrefi plant i geisio helpu'r rhai mwyaf anghenus.

Tudalennau am gamomeil a 'meillionen hydd', o Old English Herbal, England (? Christ Church Canterbury or Winchester), c. 1000–1025, Cotton MS Vitellius C III, f. 29v

Roeddent yn defnyddio perlysiau a phlanhigion i drin salwch. Roedd y perlysiau a ddefnyddiwyd mwayf aml yn cynnwys Eirin Ysgaw, Saets Gwyllt, Egroes, Llyriad, Gold Mair, Llysiau'r Esgyrn, Milddail, Danadl a llawer o rai eraill. Roeddent yn defnyddio'r perlysiau hyn i drin anwydau a mân anafiadau.

MYSTERIOUS AFAN CUDD

Mae'r meddyg yn drîn clais ar goes y dyn, ac mae'r fenyw yn darparu eli o blanhigion
https://www.abdn.ac.uk/sll/disciplines/english/lion/medicine.shtml

Gan fod llawer o ryfeloedd ar yr adeg honno, roedd y meddygon yn gwybod sut i drin anafiadau. Roeddent yn gwybod sut i osod esgyrn gan ddefnyddio plaster, a sut i gau anafiadau gan ddefnyddio gwyn ŵy neu hen win, i'w hatal rhag eu heintio.

Ac roeddent yn deall sut i ddefnyddio alcohol, neu blanhigion mandragora, i wneud i bobl gysgu neu atal poen.

Roeddent hyd yn oed yn gwybod sut i wneud llawdriniaeth megis tynnu coden fustl neu geni babi drwy doriad Cesaraidd.

Y testun wedi'i addasu o'r gwefannau:
https://historymedieval.com/herbal-medicine-in-the-middle-ages/
https://www.historyextra.com/period/medieval/kill-or-cure-10-medieval-medical-practices-and-their-effectiveness/
https://www.medievalists.net/2013/01/the-monastic-contribution-to-mediae https://brewminate.com/an-examination-of-early-medieval-medicine/val-medical-care/