5c.Dalen Awgrymiadau Athrawon
Effeithiau Sylweddau Cyfreithlon ac Anghyfreithlon

EFFEITHIAU IECHYD Cyfog/chwydu Ymlediad cannwyll llygad Newid mewn patrwm cysgu Problemau iechyd difrifol Caethiwed Marwolaeth Afiechyd meddwl Pryder	Gall nifer o'r sylweddau arwain at gyfog, yn enwedig os y'u cymerir gydag alcohol neu gyffuriau neu feddyginiaeth arall. Gallai defnyddio unrhyw gyffur dros gyfnod hir arwain at farwolaeth, (ee alcohol, tybaco), fodd bynnag gall rhai cyffuriau eich lladd y tro cyntaf y byddwch yn eu defnyddio (ee. Toddyddion). Mae caethiwed i gyffuriau presgripsiwn a thros y cownter yn gyffredin iawn ac yn aml ni chaiff ei ganfod nes y bydd cymlethdodau'n codi. Nid yw sylweddau seicoweithredol wedi eu profi'n iawn i weld pa mor wenwynig ydynt i bobl, felly nid oes ffordd i wybod sut y bydd cyffur seicoweithredol yn effeithio arnoch, yn arbennig os y'i cymerir gydag alcohol neu gyffuriau neu feddyginiaeth arall. Ni wyddom ddim am effeithiau tymor canolig a hirdymor defnyddio'r cyffuriau hyn.	Er gwybodaeth i athrawon yn unig Alcohol Canabis Toddyddion Meffedron (Meow Meow) MXE (dynwared Cetamin) Bromo dragon fly (dynwared LSD)
EFFEITHIAU EMOSIYNOL Diffyg swildod Newid mewn hwyliau Perthynas yn torri Ymddygiad ymosodol Gorfywiogrwydd Iselder Paranoia Ymddygiad afreolaidd	Gall pobl sy'n cymryd cyffuriau ymddwyn mewn ffyrdd na fyddant fel arfer yn ymddwyn a chymryd risgiau. Ynghyd ag embaras yr ymddygiad - canlyniadau eraill yw cymryd risgiau (gorwedd yng nghanol y ffordd, rhyw anniogel ac ati). Gallant achosi pryder, ymosodiadau panig, paranoia neu hyd yn oed salwch seicotig. Mae llawer yn symbylwyr (uppers) a allai eich rhwystro rhag cysgu gan eich gadael wedi llwyr ymlâdd ac yn isel eich ysbryd yn ddiweddarach. Gall llawer o gyffuriau gael effeithiau negyddol ar iechyd meddwl. Yn aml bydd llawer o bobl yn dweud bod ganddynt 'ben maen mawr' ar ôl cymryd y cyffuriau hyn.	Alcohol Canabis Amffetamin Cyffuriau newydd (fel uchod a llawer mwy) Salvia Ritalin Faliwm MSJ (Llythrennau blaen enw'r crëwr yw'r rhain - nid cynnwys y cyffur)

SchoolBeat.cymru

Hawlfraint Heddlu Gwent 2023
© Gwent Police Copyright 2023

EFFEITHIAU CYMDEITHASOL Problemau perthynas Dadleugar a chroendenau Perygl arestiad Anhawster dod o hyd i swydd Tangyflawni yn yr ysgol	Mae llawer o sylweddau seicoweithredol yn cynnwys cymysgeddau o gyffuriau anghyfreithlon a chyfreithlon ac nid yw anwybodaeth yn esgus am fod yn eu meddiant. Os bydd swyddog heddlu yn amau eich bod ym meddiant sylwedd a reolir gallech gael eich arestio. Gall euogfarn arwain at ddiffyg cyfleoedd. Bydd arestiadau o'r fath yn ymddangos flynyddoedd yn ddiweddarach ar wiriad DBS estynedig a bydd unrhyw rybuddion neu euogfarnau i'w gweld ar wiriad DBS cyffredin a gall effeithio ar eich cyfle i gael swydd, gwirfoddoli a theithio. Mae cyflenwi cyffuriau a reolir yn cynnwys eu rhoi i eraill yn ogystal â'u gwerthu.	Er gwybodaeth i athrawon yn unig Y cyfan neu unrhyw rai o'r uchod a mwy…

Hawlfraint Heddlu Gwent 2023
© Gwent Police Copyright 2023