

PREVENT PREGNANCY GET LARC

(Long Acting Reversible Contraception)

ATAL BEICHIOGI GYDA LARC

(Dull Atal Cenhedlu Gwrthdroadwy, Hirdymor)



IUS

(Intra Uterine System)

Sometimes called Mirena.

Works for five years.



IUS

(Y System Fewngroth)

Gelwir weithiau'n Mirena.

Mae'n gweithio am bum mlynedd.

IUCD

(Intra Uterine Copper Device)

Sometimes called the 'coil'

Works for five to ten years,
dependent on which type you have.



IUCD

(Y Ddyfais Fewngroth Gopr)

Gelwir weithiau'n 'coil'

Mae'n gweithio am bump i ddeng
mlynedd, yn dibynnu pa fath
sydd gennych.

Injections

Sometimes called 'Depo'

Works for 12 weeks,
then you need another one.



Chwistrelliadau

Gelwir weithiau'n 'Depo'

Mae'n gweithio am 12 wythnos,
yna bydd angen un arall arnoch.

Implant

Sometimes called 'Rod'

Works for three years.



Mewnblaniad

Gelwir weithiau yn 'rod'

Mae'n gweithio am dair blynedd.

For more information visit

www.youchoose.wales.nhs.uk

or visit your local sexual health
clinic or your GP.

Am fwy o wybodaeth ewch i

neu ewch i'ch clinig iechyd rhywiol lleol
neu eich meddyg teulu.

LARCs prevent pregnancy. Condom use is essential
to prevent Sexually Transmitted Infections (STIs)



Mae LARC yn atal beichiogi. Mae defnyddio condomau
yn hanfodol i atal heintiau a drosglwyddir yn rhywiol.