



Gwasanaeth Gwaed Cymru
Welsh Blood Service

Welsh Bone Marrow Donor Registry

Thank you for registering with the Welsh Bone Marrow Donor Registry. To join the register all you need to do is to follow the instructions below! Once we have your swabs back, we will add you to our list of lifesaving donors. Then just sit back and relax, if you become a potential match for a patient in need of a transplant, we will get in touch. It is important to keep your contact information up to date, so we can get hold of you if you become a match.

Before taking your samples, please note:

Do not eat, drink, smoke or brush your teeth for one hour before taking the samples

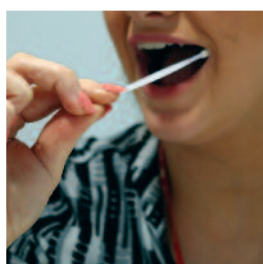
Please use all four swabs (two for the right cheek, two for the left cheek)

If a swab is dropped don't worry, just discard and request another: WBMDR@wales.nhs.uk

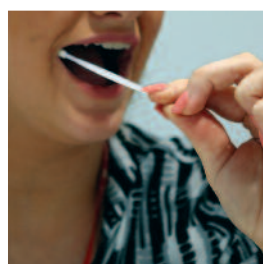
You are now just seven simple steps away from joining our registry of lifesavers!

Swab instructions

1. Remove the swab from the plastic sleeve
2. Rub the swab gently on the inside of each cheek (Two swabs per side) for 30 seconds
3. Place the swabs in an empty cup / glass with the sample end facing upwards
4. Leave the swabs dry for at least five minutes
5. Once dried, stick the swabs in the swab pack
6. Place the swab pack in the freepost envelope and post it back to us
7. Once your swabs have been processed, we will send an email confirming your registration.



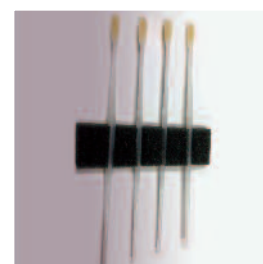
x2



x2



5 minutes



And return



Chofrestr Rhoddwyr Mêr Esgyrn Cymru

Diolch am gofrestru gyda Chofrestr Rhoddwyr Mêr Esgyrn Cymru. Os hoffech ymuno â'r gofrestr, dilynwch y cyfarwyddiadau isod! Unwaith y byddwn yn derbyn eich swabiau yn ôl, byddwn yn eich ychwanegu chi at ein rhestr o roddwyr sy'n achub bywydau. Yna, eisteddwch yn ôl ac ymlaciwch. Os byddwn yn darganfod bod posibilrwydd y gallech chi gydweddu â chlaf sydd angen trawsblaniad, byddwn yn cysylltu â chi. Mae'n bwysig bod gennym eich gwybodaeth gyswllt fwyaf diweddar, fel y gallwn gysylltu â chi os byddwn yn darganfod eich bod chi'n gydweddu â chlaf.

Cyn cymryd eich samplau:

Peidiwch â bwyta, yfed, ysmegu neu frwsio eich dannedd am awr cyn cymryd y samplau

Defnyddiwch y pedwar swab (dau ar gyfer y foch dde, a dau ar gyfer y foch chwith)

Os ydych yn gollwng un o'r swabiau, peidiwch â phoeni – taflwch y swab hwnnw a gofynnwch am un arall:

WBMDR@wales.nhs.uk

Nawr, dim ond saith cam syml sydd ar ôl tan y gallwch ymuno â'n cofrestr o achubwyr bywyd!

Cyfarwyddiadau ynghylch sut i ddefnyddio'r swabiau

1. Tynnwch y swabiau o'r llewys plastig



2. Rhwbiwch y swabiau yn ysgafn ar du mewn bob boch (Dau swab ar gyfer pob ochr) am 30 eiliad



3. Rhowch y swabiau mewn cwpan / gwydr gwag gyda'r ochr sampl yn wynebu i fyny



4. Gadewch y swabiau i sychu am o leiaf pum munud



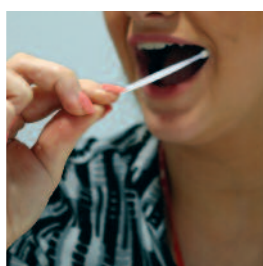
5. Ar ôl iddynt sychu, rhowch y swabiau yn y pecyn swab



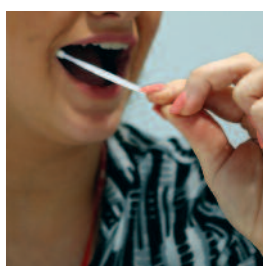
6. Rhowch y pecyn swab yn yr amlen rhadbost a'i bostio'n ôl atom ni



7. Unwaith y bydd eich swabiau wedi cael eu prosesu, byddwn yn anfon e-bost yn cadarnhau eich bod chi wedi cofrestru.



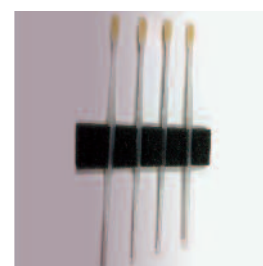
x2



x2



5 munud



A dychwelyd