

Ffeithiau Iechyd Rhyfedd

1. **Newidiwch eich enw.** Mae pobl efo priflethrennau sy'n sillafu gair hapus fel H.A.F. neu W.O.W. yn byw bron i 4 ½ blynedd yn hwy na phobl eraill. Ond os oes gennych briflythrennau anffodus, megis S.O.D. rydych chi'n debygol o fyw 3 blynedd yn llai.
2. **Rhowch y bai ar berson arall.** Mae dyn ifanc bob tro tro yn dweud 'Pwy sy' dwyn fy ngoriadau?' lle mae hen ddyn yn dweud "Dw i'n hen ac wedi anghofio lle dw i wedi eu drhoi nhw. Peidiwch byth defnyddio henaint fel esgus am eich ymddygiad. Rydych yn mynd yn hŷn wrth ddweud eich bod yn hen.
3. **Rhowch fêl ar glwyf** i wella'n gynt.
4. **Rhowch bupur du ar glwyf** (ar ôl ei olchi.
5. **Eilliwch eich mwstais os oes gennych glwy'r paill.** Mae'ch mwstais yn dal y paill.
6. **Ysgrifennwch enwau'r bobl sy'n eich ypsetio ar bapur tŷ bach,** yna fflwsiwch nhw i lawr y toiled.
7. **Pan fyddwch yn dioddef o glawstroffobia arogleuwch afal gwyrdd.**
8. Mae **ewinedd dwylo** yn tyfu'n gynt nag **ewinedd traed.**
9. Byddwch yn ysmicio (blincian) 10,000 gwaith y dydd fel arfer.
10. **Tisian** – Ni fedrwch disian heb gau'ch llygaid. Pan fyddwch yn tisian mae pob gweithred eich corff yn stopio.

Pytiau diddorol o'r we ydi'r rhain. Peidiwch â'u cymryd gormod o ddifri!

Ydych chi'n gwybod am unrhwy ffeithiau / coelion iechyd rhyfedd?