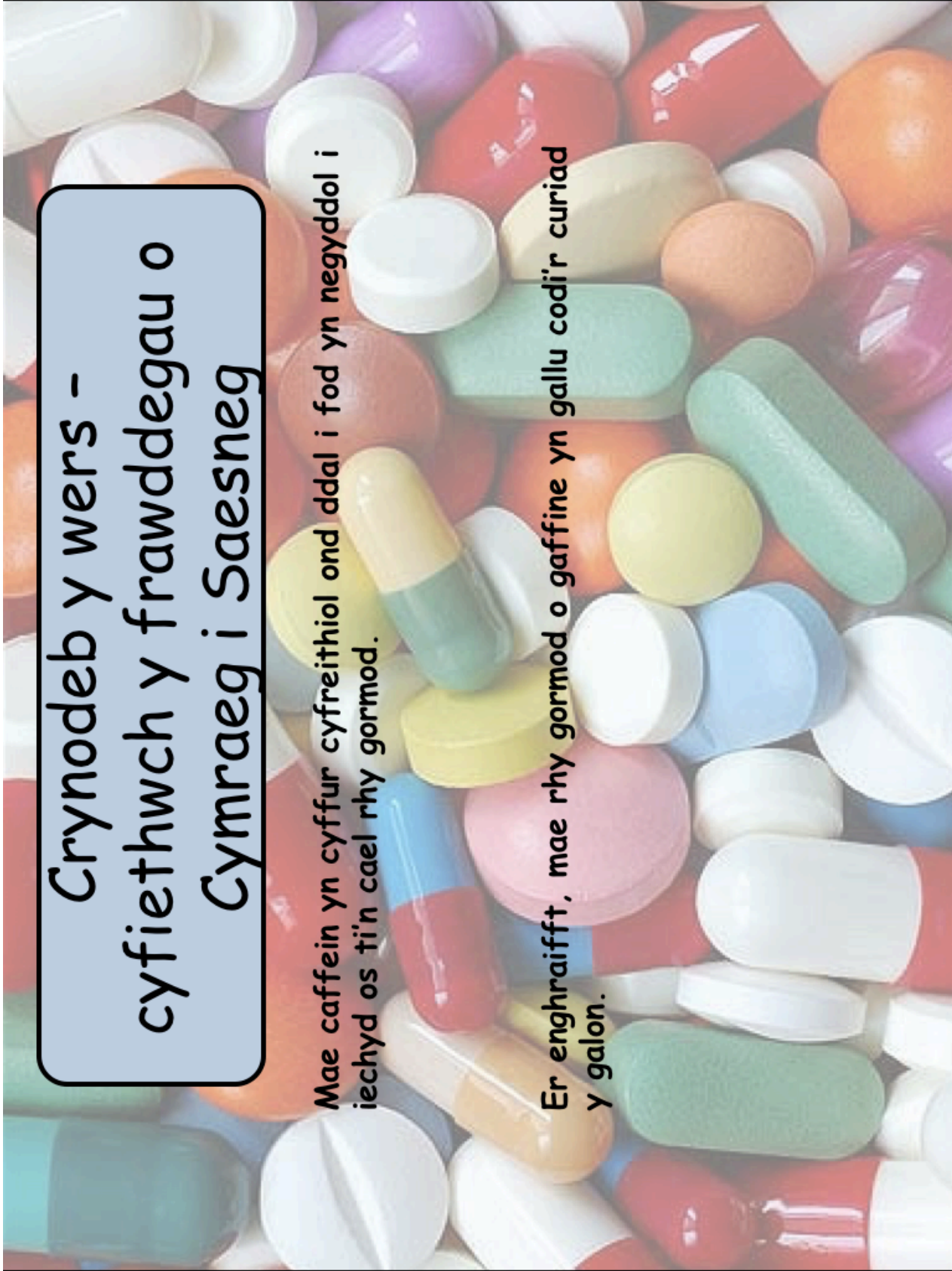




Crynodeb y wers - cyfiethwch y frawddegau o Cymraeg i Saesneg

Mae caffeine yn cyffur cyfreithiol ond ddal i fod yn negyddol i
iechyd os ti'n cael rhy gormod.

Er enghraifft, mae rhy gormod o gaffine yn gallu codi'r curiad
y galon.