Croeso i Ddiwrnod Deubegwn y Byd: Blog Cwnsela Coleg #12

'Mae Diwrnod Deubegwn y Byd yn cael ei ddathlu bob blwyddyn ar y 30ain o Fawrth, sef pen-blwydd Vincent Van Gogh, a gafodd ddiagnosis o anhwylder deubegynol ar ôl iddo farw. Gweledigaeth Diwrnod Deubegwn y Byd yw annog dealltwriaeth o beth yw deubegwn – a beth nad yw – a chael gwared ar stigma oddi ar wyneb y blaned'

Pwy sydd â deubegwn?

Mae deubegwn yn effeithio ar bobl o bob oed ac o bob cefndir.

Fel llawer o gyflyrau iechyd meddwl, mae symptomau deubegwn fel arfer yn amlwg gyntaf ymhlith pobl ifanc yn eu harddegau ac oedolion ifanc. Mae ymchwil wedi canfod bod bron i 50% o bobl yn cael symptomau cyn 21 oed.

Faint o bobl sydd â deubegwn?

Yn y DU, mae gan dros 1 miliwn o bobl anhwylder deubegynol. Mae hynny tua 30% yn fwy na nifer y bobl sydd â dementia a dwywaith y nifer o bobl sydd â sgitsoffrenia.

Eisiau gwybod mwy?

Gallwch ddod o hyd i lawer mwy o wybodaeth am Bipolar yn **https://www.bipolaruk.org**

Mae gan Bipolar UK hefyd gyfres o bodlediadau:

https://www.bipolaruk.org/lets-talk-bipolar-podcast-series