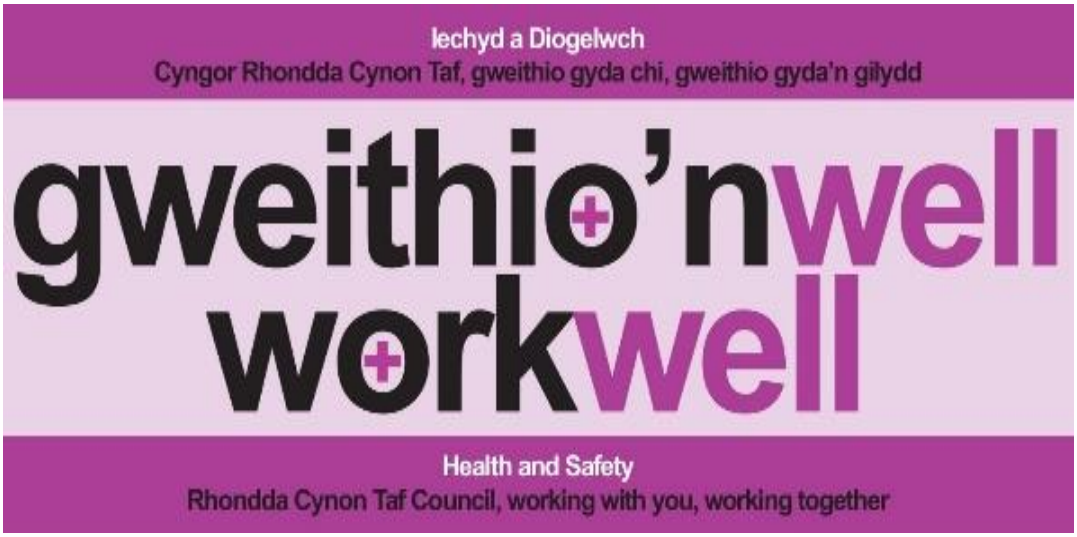
Fersiwn	7
Dyddiad Diwygio Diwethaf	Mehefin 2024



HS 25

Polisi Rheoli Heintiau

RHONDDA CYNON TAF

RHEOLI'R DDOGFEN	
ENW'R POLISI	**Polisi Rheoli Heintiau**
Adran	Adnoddau Dynol
Rhif ffôn	01443 425524
Dyddiad cychwynnol cyflwyno'r polisi	2003
Swyddog Diwygio	Stephen Humphreys
Dyddiad Diwygio	Mehefin 2026
Dyddiad Asesu'r Effaith ar Gydraddoldeb	2008
HANES DIWYGIO	
Dyddiad	Diwygiwyd gan
2003	Gerwyn Hogben
Mawrth 2010	Mike Murphy
Awst 2016	Mike Murphy
Awst 2018	Mike Murphy
Mawrth 2021	Mike Murphy
Mehefin 2024	Stephen Humphreys
CYMERADWYO'R DDOGFEN	
Mae'r ddogfen yma wedi cael ei chymeradwyo gan:	Dyddiad Cymeradwyo
Uwch-reolwyr Adnoddau Dynol	
Rheolwyr y Cyngor	
Cabinet	

CYNNWYS

1. Cyflwyniad.....**Error! Bookmark not defined.**
2. Datganiad Polisi .....**Error! Bookmark not defined.**
3. Asesiad Risg .....**Error! Bookmark not defined.**
4. Mesurau Rheoli .....
5. Gweithdrefnau/Gweinyddu.....**Error! Bookmark not defined.**
6. Gwybodaeth/Cyfarwyddiadau/Hyfforddiant .....**Error! Bookmark not defined.**
7. Canllaw ar Frechu .....**Error! Bookmark not defined.**
8. Cadw Cofnodion.....**Error! Bookmark not defined.**
9. Cyngor .....**Error! Bookmark not defined.**

Atodiad A - Holiadur Brechu.....**Error! Bookmark not defined.**

Atodiad B - Enghreifftiau o alwedigaethau lle mae'n bosibl y bydd angen brechu gweithwyr.....**Error! Bookmark not defined.**

Atodiad C - Enghreifftiau o beryglon posibl y bydd gweithwyr yn dod i gysylltiad â nhw

Rhestr Wirio i Reolwyr .....**Error! Bookmark not defined.**

1. CYFLWYNIAD

1.1 Cafodd y polisi yma ei greu i sicrhau bod gweithwyr yn effro i'r camau gweithredu sydd eu hangen er mwyn ymdrin â chyfryngau biolegol yn y gweithle, ac i arddangos ymrwymiad y Cyngor i iechyd, diogelwch a lles ei weithwyr.

1.2 Yn y cyd-destun yma, cyfryngau biolegol yw'r cyfryngau hynny y byddai modd iddyn nhw achosi haint, alergedd neu wenwyndra, neu fel arall, bod yn beryglus i iechyd pobl, er enghraifft, drwy Hepatitis B.

2. DATGANIAD POLISI

2.1 Bydd pob cam rhesymol yn cael ei gymryd i sicrhau nad yw gweithwyr yn dod i gysylltiad â heintiau wrth wneud eu gwaith XXX, neu o leiaf yn cael ei reoli drwy ddefnyddio cyfarpar diogelu personol er enghraifft, a lle bo hynny'n briodol, brechu gweithwyr.

2.2 Lle bo risg o weithwyr yn cael eu heintio yn cael ei nodi ac mae brechlynnau effeithiol ar gael, mae'n bosibl y byddan nhw ar gael i weithwyr drwy'r Cyngor. Mae Deddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith etc.1974 yn darparu ar gyfer cynnig brechiadau'n rhad ac am ddim i weithwyr lle mae angen diogelu eu hiechyd a'u diogelwch yn erbyn risgiau o ganlyniad i'r hyn maen nhw'n ei wneud yn eu gwaith.

2.3 Bydd raid i reolwyr gael caniatâd gweithwyr i'w cynnwys mewn rhaglen frechu, a sicrhau bod gweithwyr yn gwbl effro i'r manteision o gael eu brechu, yn ogystal ag unrhyw sgil-effeithiau. Bydd cofnodion o frechiadau yn cael eu cadw a byddan nhw ar gael i unigolion ar gais.

2.4 Yn sgil asesiad, os oes mân risgiau y mae modd eu hosgoi drwy weithdrefnau diogel ac arferion hylendid da, fydd y Cyngor ddim yn brechu gweithwyr.

2.5 Mae'r datganiad polisi yma wedi bod yn destun ymgynghoriad rhwng Uned Iechyd a Lles Galwedigaethol y Cyngor ac undebau llafur cydnabyddedig.

2.6 Mae canllawiau penodol ar reoli heintiau ynghlwm wrth y datganiad polisi yma.

2.7 Y Cyfarwyddwyr neu'r Penaethiaid Gwasanaeth unigol sy'n gyfrifol am roi gofynion y polisi yma ar waith ac am baratoi strategaeth weithredu.

CANLLAWIAU POLISI

3. ASESIADAU RISG

3.1 Rhaid cynnal asesiad risg ar gyfer yr holl asiantau biolegol y mae gweithwyr yn debygol o ddod i gysylltiad â nhw yn rhan o'u gwaith, a hynny er mwyn pennu i ba raddau y mae gweithwyr yn dod i gysylltiad â chlefydau trosglwyddadwy/heintus amrywiol, ac i nodi mesurau rheoli addas o ganlyniad i'r asesiad.

3.2 Wrth gynnal asesiad risg, efallai y bydd raid i reolwyr ystyried a oes angen cyngor gan Uned Iechyd a Lles Galwedigaethol y Cyngor er mwyn cyrraedd barn briodol.

4. MESURAU RHEOLI

4.1 Mae'r canlynol yn enghreifftiau o fesurau rheoli y mae modd i reolwyr eu hystyried, gan gofio y bydd y dull sy'n cael ei ddewis yn dibynnu ar ganlyniad yr asesiad risg a'r sefyllfa waith benodol:

- lleihau nifer y gweithwyr sy'n dod i gysylltiad â halogion;
- creu prosesau gwaith sy'n osgoi asiantau peryglus biolegol rhag cael eu rhyddhau i'r amgylchedd;
- defnyddio arwyddion 'rhybudd';
- creu cynlluniau gweithredu mewn argyfwng i fynd i'r afael â damweiniau;
- cyflwyno gweithdrefnau a threfniadau, gyda hyfforddiant priodol, ar gyfer trin a chludo asiantau biolegol yn ddiogel;
- cyflwyno mesurau hylendid da, fel darparu cyfleusterau ymolchi a thoiledau a gwahardd bwyta ac yfed yn mewn mannau gwaith lle mae perygl o halogi;
- cynghori ar frechiadau sy'n cael eu hargymell.

Serch hynny, dylai brechiadau ond gael eu defnyddio yn fesur rheoli ar ôl ystyried pob mesur rheoli arall.

4.2 Mae cyfarpar diogelu personol hefyd yn ddull derbyniol er mwyn atal dod i gysylltiad â sylweddau peryglus. Dyma ychydig o enghreifftiau o gyfarpar diogelu personol:

- dillad diogelu – fel troswisg, dillad glas, ffedogau a menig. Dylai unigolion eu gwisgo wrth ymdrin â deunydd y mae'n bosib ei fod wedi'i heintio. Mae hyn yn cynnwys dillad i'w golchi neu ddeunydd wedi'i halogi ag ysgarthion, nodwyddau hypodermig, gwaed sydd wedi'i ollwng neu'i dasgu, sbwriel i'w gasglu, ac mewn sefyllfaoedd lle mae angen cymorth cyntaf brys. Dylai unigolion dynnu'r dillad yma wrth fwyta ac yfed;

- Dylai unigolion wisgo cyfarpar diogelu ar eu llygaid/wyneb os yw'n bosibl y bydd hylif yn tasgu;

- dylai unigolion wisgo esgidiau diogelu â gwadn trwchus os ydyn nhw'n gweithio â theclynnau neu wrthrychau miniog. Mae'n bosibl y bydd y canlynol yn agored i'r risg o ddod i gysylltiad â nodwyddau hypodermig drwy eu gwaith – y rheiny sy'n ymdrin â charthffosiaeth, yn casglu sbwriel, yn glanhau draeniau, yn gweithio mewn parciau neu yn eu glanhau.

5. GWEITHDREFNAU/GWEINYDDU

5.1 Mae'n bosibl fod yr asesiad risg wedi nodi'r angen i rai gweithwyr penodol gael brechiadau. Dylai'r gweithwyr hynny sy'n agored i risg lenwi 'Holiadur Brechu', sydd ynghlwm yn Atodiad A. Mae'n hollbwysig bod yr unigolyn yn llenwi'r holiadur yn gywir.

5.2 O ganlyniad i asesiad risg, pan gaiff ei bennu bod angen rhoi brechiad i unigolion ac mae'r unigolyn yn gwrthod cael ei frechu, yna bydd rheolwr yr unigolyn yn ei wahardd rhag cyflawni'r gwaith penodol yna. Yn y sefyllfa yma, bydd y gwaith naill ai'n cael ei gyflawni gan unigolyn arall, neu ddim o gwbl.

5.3 Rhaid gwneud gweithwyr yn gwbl effro i fanteision a sgil-effeithiau brechiadau. Dylai cofnodion gael eu cadw a ddylai fod ar gael i unigolion ar gais.

6. GWYBODAETH/CYFARWYDDYD/HYFFORDDIANT

6.1 Dylai rheolwyr sicrhau bod gyda gweithwyr wybodaeth, cyfarwyddyd a hyfforddiant pan fyddan nhw'n defnyddio unrhyw sylweddau peryglus sydd o bosibl yn risg i'w hiechyd. Dylid rhoi gwybod i weithwyr am:

- risg y sylwedd peryglus i'w hiechyd;

- y camau rhagofalus y mae angen eu cymryd er mwyn peidio â dod i gysylltiad â'r sylwedd;

- canlyniadau monitro unrhyw gysylltiad â sylwedd.

Dylech ddarparu cyfarwyddiadau sy'n rhoi gwybod i weithwyr am y gweithdrefnau i'w defnyddio yn sgil dod i gysylltiad ag asiant biolegol, a rhaid i reolwyr sicrhau bod gweithwyr wedi deall y cyfarwyddiadau yma'n glir.

7. CANLLAWIAU AR FRECHU

7.1 Ynghlwm yn Atodiad B ceir enghreifftiau o alwedigaethau lle y mae'n bosib y bydd angen ystyried brechu gweithwyr. Dydy'r categorïau ddim yn gynhwysfawr ac mae'n bosibl y bydd categorïau eraill o weithwyr sy'n agored i risg ond dydyn nhw ddim ar y rhestr. Bydd angen i reolwyr ystyried maint y risg o ddod i gysylltiad â heintiau/clefydau wrth gynnal asesiad risg arferol ar gyfer pob tasg y mae gweithwyr yn ei chyflawni.

7.2 Mae Atodiad B yn berthnasol i weithgareddau gwaith yn unig. Ag yntau'n gyflogwr, bydd y Cyngor yn talu'r costau, os o gwbl, o frechu gweithwyr. Bydd Meddyg Teulu'r unigolyn yn ei frechu drwy'r broses Gofal Iechyd Sylfaenol.

Noder: Waeth beth fo'i waith, dylai pob unigolyn gael ei frechu yn erbyn Polio, Teiffoid a Thetanws drwy ei Feddyg Teulu. Yr unigolyn ei hun fydd yn talu am y brechiadau yma.

7.3 Mae enghreifftiau o glefydau heintus wedi'u nodi yn Atodiad C. Mae modd cael rhagor o wybodaeth am frechiadau gan Uned Iechyd Galwedigaethol a Lles y Cyngor drwy ffonio 01443 494003.

8. CADW COFNODION

8.1 Rhaid cadw cofnodion o frechiadau ar ffeil bersonol unigolyn.

Bydd rheolwr yr unigolyn yn gyfrifol am roi gwybod i'r unigolyn mewn da bryd pan fydd angen brechiadau newydd neu frechiad ychwanegol.

9. CYNGOR

9.1 Mae modd cael cyngor ar weithredu'r polisi yma oddi wrth y Garfan Iechyd a Diogelwch, Adnoddau Dynol, Tŷ Elái, Trewiliam, CF40 1NY, rhif ffôn 01443 425531.

Mae croeso i chi gyfathrebu â ni yn y Gymraeg /
You are welcome to communicate with us in Welsh

ATODIAD A

HOLIADUR BRECHU

Dylai gweithwyr gwblhau'r ffurflen a'i hanfon at Ymgynghorydd Iechyd Galwedigaethol yn Adeiladau'r Cyngor, Pontypridd. Bydd e/hi yn penderfynu a oes angen brechiad(au) ar yr unigolyn.

Enw: _____ Dyddiad geni: _____

Cyfeiriad: _____ Galwedigaeth: _____

_____ Lle gwaith: _____

_____ _____

Disgrifiad o'r gweithgareddau, yn enwedig y rheiny sy'n peri'r risg o haint:

_____

_____

IECHYD YN GYFFREDINOL

A yw eich iechyd yn dda ar y cyfan? YDY/NAC YDY

Os NAC YDY, rhowch fanylion: _____

_____

Ydych chi'n cymryd unrhyw feddyginiaeth yn rheolaidd? YDW/NAC YDW

Os YDW, rhowch fanylion: _____

_____

A ydych chi'n dioddef o unrhyw alergeddau, e.e. bwyd, cyffuriau, ac ati? YDW/NAC YDW

Os YDW, rhowch fanylion: _____

_____

Ydych chi wedi cael unrhyw un o'r canlynol?

	DO/NADDO	Dyddiad (Amcangyfrif)
Tetanws	_____	_____
Poliomyelitis	_____	_____
Twbercwlosis	_____	_____
Teiffoid neu Barateiffoid	_____	_____
Hepatitis A	_____	_____
Hepatitis B	_____	_____
Arall	_____	_____

Ydych chi wedi cael eich brechu yn erbyn y canlynol?

	DO/NADDO	Dyddiad (Amcangyfrif)
Tetanws	_____	_____
Poliomyelitis	_____	_____
Twbercwlosis	_____	_____
Teiffoid neu Barateiffoid	_____	_____
Hepatitis A	_____	_____
Hepatitis B	_____	_____
Arall	_____	_____

Rwy'n datgan bod y datganiadau hyn yn wir ac yn gywir hyd eithaf fy ngwybodaeth.

Dwi/ddim yn dymuno cael fy mrechu.

Llofnod: _____ Dyddiad: _____

Noder: Dylid cyfeirio hefyd at Adrannau 5 a 7 y polisi.

ATODIAD B

ENGHREIFFTIAU O ALWEDIGAETHAU LLE MAE'N BOSIBL Y BYDD ANGEN BRECHU GWEITHWYR

Haint / Galwedigaeth	Tetanws	Polio	Hepatitis A	Hepatitis B	Teiffoid
Casglwr Biniau	•	•		•	•
Swyddog Iechyd yr Amgylchedd	•				
Aelodau staff sy'n gweithio â chŵn	•	•			
Gweithio â Charthffosiaeth	•	•	•	•	•
Gweithiwr Rheoli Plâu	•			•	•
Gweithio mewn Mynwent	•				
Garddwr/ Tasgmon	•				
Swyddog Cymorth Cyntaf Dynodedig	•			•	
Cynhaliwr Gofal yn y Cartref	•			•	
Codwr Sbwriel	•			•	
Gweithio â Gwastraff Clinigol	•			•	
Gweithiwr Adeiladu	•				
Staff Gofal Preswyl	•			•	
Gofalwr Toiledau	•			•	
Ymarferwyr Clinigol yr Uned Iechyd Galwedigaethol, e.e. ffisiotherapyddion, nyrsys a doctoriaid[1]	•	•		•	

Noder: Canllaw yn unig yw'r uchod. Bydd canlyniad yr asesiad risg yn pennu p'un a bod angen brechiad ai peidio ar gyfer y math o alwedigaeth. Dylid cyfeirio hefyd at Adrannau 5 a 7 y polisi.

[1] Cyfeiriwch at GP MythBusters 37: Immunising healthcare staff - Care Quality Commission (cqc.org.uk)

ATODIAD C

ENGHREIFFTIAU O BERYGLON POSIBL Y BYDD GWEITHWYR YN DOD I GYSYLLTIAD Â NHW

Rhai enghreifftiau o afiechyd a heintiau:

Gastroenteritis

Y nodweddion yw poen yn y stumog, dolur rhydd a chwydu.

Feirws Imiwnoddiffygiant Dynol (HIV)

Mae gwybodaeth a chanllawiau ar sut mae haint HIV yn lledaenu ar gael yn Natganiad Polisi Iechyd a Diogelwch HS14 – Haint HIV ac AIDS drwy adnodd RCT Source.

Mae 4 prif ffordd o drosglwyddo'r Feirws:

- rhyw heb ddiogelwch;
- rhannu offer chwistrellu cyffuriau heb ei ddiheintio;
- trallwysiadau gwaed, trawsblaniadau neu weithdrefnau meddygol heintiedig;
- o'r fam i'r babi yn ystod beichiogrwydd, genedigaeth neu wrth fwydo ar y fron.

Felly i'r mwyafrif o weithwyr y Cyngor, dydy'r risg o ddod i gysylltiad â HIV ddim yn uwch o ganlyniad i'w gwaith.

Serch hynny, mae hi'n bosibl y bydd rhai gweithwyr yn rhinwedd eu swydd yn dod i gysylltiad o bryd i'w gilydd â hylifau'r corff, megis gwaed. Byddai modd i'r rhain gynnwys gweithwyr gofal cartref sy'n darparu gofal i unigolion a chasglwyr sbwriel sy'n dod i gysylltiad â chwistrelli wedi'u taflu.

Mae'r risg o drosglwyddo mewn amgylchiadau o'r fath yn fach iawn ac mae modd ei osgoi trwy ddilyn arferion hylendid da yn y gwaith, megis sicrhau bod toriadau, crafiadau ac ati yn cael eu gorchuddio wrth ddarparu gofal, a defnyddio gefel wrth godi sbwriel.

Rhaid cymryd mesurau ymarferol o'r fath i ddileu neu leihau'r risg a all fod, pan fo'n briodol.

Yn unol ag arferion iechyd a diogelwch da, dylai rheolwyr nodi pa weithwyr a allai fod yn agored i hylifau'r corff, asesu'r risgiau posibl a chymryd camau digonol i reoli'r risg bosibl honno.

Gall mesurau gynnwys darparu cyfarpar diogelu personol i weithwyr (e.e. menig) neu gyfarpar arall (e.e. gefel) a darparu hyfforddiant i'w galluogi nhw i ddilyn arferion da o ran hylendid ynghyd â mesurau iechyd a diogelwch priodol.

Hepatitis

Nodweddion hepatitis yw llid yr afu a'r clefyd melyn. Yn gyffredinol, mae'n cael ei achosi gan feirws, ac mae yna ddau brif fath ohono:

Hepatitis A (Hepatitis Heintus): sy'n cael ei gario mewn dŵr, bwyd a diod wedi'i halogi ac amodau aflan, a'i drosglwyddo drwy garthion ac yna i'r geg. Ar ôl dwy i chwe wythnos, bydd unigolion yn dioddef o wres, cyfog, poen yn y stumog a'r clefyd melyn. Bydd unigolion yn gwella o fewn pythefnos ac yn anaml iawn y byddan nhw'n ei ddal eto. Mae modd cymryd camau rhagofalus drwy ddilyn arferion hylendid da, e.e. golchi dwylo ar ôl mynd i'r toiled a chyn trin bwyd.

Mae'n bosibl bod pobl yn y meysydd gwaith canlynol yn agored i'r risg o ddod i gysylltiad â Hepatitis A, a hynny drwy eu gwaith: gofal iechyd, trin carthffosiaeth, gofal meithrin a'r rheiny sy'n trin bwyd.

Hepatitis B (Hepatitis Serwm): sy'n cael ei drosglwyddo mewn gwaed neu serwm wedi'i heintio, yn enwedig ymhlith pobl sy'n gaeth i gyffuriau sy'n rhannu nodwyddau. Mae'r clefyd yn dod i'r amlwg ar ôl dwy i chwe mis gyda symptomau tebyg i Hepatitis A, ond mae'r effeithiau'n para'n llawer hirach ac yn fwy niweidiol. Mae'n hynod o heintus ac yn benodol, mae unigolion sy'n gweithio yn y maes meddygol yn agored i risg. Byddai modd i bobl mewn sawl maes gwaith ddod i gysylltiad â chynhyrchion gwaed neu gael eu hanafu gan nodwyddau wedi'u heintio.

Mae feirws Hepatitis B yn heintus tu hwnt. Yn ôl amcangyfrifon, mae'n bosibl bod Hepatitis B hyd at 100 gwaith yn fwy heintus na HIV. Mae'n hynod sefydlog ac mae gwaed sych yn parhau i fod yn heintus am sawl wythnos. Mae'n bosibl bod pobl yn y meysydd gwaith canlynol yn agored i'r risg o ddod i gysylltiad â Hepatitis B, a hynny drwy eu gwaith: casglu biniau, trin carthffosiaeth a chodwyr sbwriel.

Arferion gwaith diogel yw'r pethau pwysicaf oll wrth ddiogelu unigolion yn erbyn Hepatitis A a B. Er bod y ddau feirws yn cael eu trosglwyddo mewn ffyrdd gwahanol, mae llawer o'r mesurau rheoli yn berthnasol i'r ddau ac yn sail i arfer hylendid da.

Mae gweithwyr sy'n dod i gysylltiad â'r bobl ganlynol yn debygol i wynebu risg uwch:

- unigolion sy'n cymryd cyffuriau;
- unigolion hysbys sydd eisoes wedi'u heintio;
- unigolion â chlefyd cronig yn yr arennau;
- unigolion sy'n anafu neu'n brathu;
- teclynnau neu wrthrychau miniog wedi'u staenio'n â gwaed.

Hepatitis C: dyma glefyd sy'n cael ei achosi gan feirws Hepatitis C (HCV) ac sy'n ymosod ar yr afu yn araf. Mae'n cael ei gludo yn bennaf yn y gwaed, er ei fod hefyd wedi ei ganfod mewn hylifau eraill yn y corff.

Mae'n cael ei drosglwyddo'n bennaf drwy offer ar gyfer chwistrellu cyffuriau, h.y. nodwyddau a chwistrellau wedi'u halogi â gwaed. Mewn nifer fach o achosion, mae modd dal Hepatitis C drwy gael rhyw heb gondom. Mae modd ei ddal hefyd drwy gael tatŵ,

tyllu'r clustiau a thyllu rhannau o'r corff. Mae peth tystiolaeth hefyd bod modd ei drosglwyddo trwy rannu brwsys dannedd, raseli ac eitemau personol eraill y mae'n bosibl eu bod wedi'u halogi â gwaed.

Dydy'r rhan fwyaf o bobl sy'n cael eu heintio â Hepatitis C ddim yn gwybod amdano ar y pryd a does dim symptomau gyda nhw. Serch hynny, mae'n bosibl y bydd rhai pobl yn teimlo'n sâl neu'n chwydu am gyfnod byr. Yn anaml iawn, bydd y clefyd melyn arnyn nhw. Gan fod y rhan fwyaf o bobl sydd wedi'u heintio yn parhau i deimlo'n iawn am nifer o flynyddoedd, mae hyn yn golygu ei bod yn anodd ei hadnabod. Y ffordd orau o osgoi dal Hepatitis C yw trwy ddilyn arferion hylendid a gweithio da a diogel.

Mae'n bosibl bod pobl yn y meysydd gwaith canlynol yn fwy agored i'r risg o ddod i gysylltiad â Hepatitis C, a hynny drwy eu gwaith: casglu biniau sbwriel/ailgylchu, gofal yn y cartref a chodwyr sbwriel.

Leptospirosis (Clefyd Weil) – Ddim yn Heintus

Dyma fath o Hepatitis sy'n cael ei drosglwyddo gan facteria mewn wrin anifeiliaid, ac yn fwyaf cyffredin mewn wrin cnofilod. Mae'n debyg i'r ffliw. Y symptomau yw cur pen parhaus a difrifol, ac yna'r clefyd melyn. Mae'n mynd i'r stumog wrth fwyta bwyd wedi'i halogi. Hefyd, mae modd iddo fynd drwy'r croen os yw wedi'i dorri. Mae modd iddo niweidio'r afu a'r arennau. Y gyfradd marwolaethau yw tua 50%. Y rheiny sy'n gweithio mewn carthffosydd, twneli ac afonydd sydd fwyaf agored i risg, a dylen nhw sicrhau eu bod nhw'n cario'r Cerdyn Rhybudd Clefyd Weil (INDG 84: Leptospirosis – Are you at risk?)

Asthma Galwedigaethol – Ddim yn heintus

Caiff hyn ei achosi wrth anadlu sylweddau yn y gwaith fel mwg tybaco, llwch pren caled a latecs. Mae'r sylweddau yn achosi'r llwybrau anadlu i fod yn fwy sensitif na'r arfer. Mae hyn yn arwain at broblemau wrth anadlu, y frest yn tynhau a gwichian.

Poliomyelitis

Dyma salwch aciwt sy'n deillio o rywbeth yn mynd i mewn i'r llwybr gastro-berfeddol. Mae modd i'r haint amrywio o wres sydd ddim yn parlysu i lid yr ymennydd aseptig neu barlys, ac weithiau dyw e ddim yn ymddangos mewn profion clinigol. Mae'n cael ei drosglwyddo wrth ddod i gysylltiad ag ysgarthion neu secretiadau unigolyn wedi'i heintio. Mae'n bosibl bod unigolion a gafodd eu geni cyn 1958 ddim wedi cael eu himiwneiddio, felly dylid gwneud hyn os yw'r cyfle yn codi.

Twbercwlosis

Yn y DU mae tua 75% o achosion newydd yn ymwneud â'r system anadlu. Mae mathau o dwbercwlosis sydd ddim yn ymwneud â'r system anadlu yn fwy cyffredin mewn grwpiau ethnig sy'n fewnfudwyr a'r rheiny sydd â system imiwnedd wan. Mae'n bosibl bod risg i weithwyr iechyd neu ofal sydd o bosib mewn cysylltiad â chleifion heintus neu eu samplau, yn enwedig os ydyn nhw'n agos at gleifion pan maen nhw'n pesychu.

Teiffoid

Mae teiffoid fel arfer yn cael ei gario mewn bwyd neu ddŵr, a'i ledaenu trwy ysgarthion ac yna i'r geg. Amodau hylendid a glanweithdra gwael sy'n bennaf gyfrifol am ei ledaenu.

Tetanws – Ddim yn Heintus

Nodweddion y clefyd acíwt yma yw'r cyhyrau yn tynhau a chyfangiadau difrifol. Ceir sborau tetanws mewn pridd ac mae modd iddyn nhw fynd i'r corff o ganlyniad i anaf. Yn aml mae hyn yn digwydd os oes twll yn y croen, os yw'r croen wedi'i losgi neu os oes clwyf dibwys ar y croen.

Anthracs – Ddim yn Heintus

Dyma glefyd bacteriol acíwt sy'n effeithio ar y croen, yr ysgyfaint neu'r llwybr gastro-berfeddol. Ceir sborau mewn cynhyrchion anifeiliaid fel gwlân, gwallt, croen, esgyrn, blawd esgyrn ac mewn carcasau anifeiliaid wedi'u heintio. Hefyd, mae modd i sborau halogi pridd a goroesi am flynyddoedd lawer.

Y Gynddaredd

Mae'r gynddaredd bron bob amser yn achosi marwolaeth o ganlyniad i barlys yn y system anadlu. Does dim modd ei drin ar ôl i symptomau'r clefyd amlygu eu hunain. Dylai'r rheiny sy'n trin anifeiliaid wedi'u mewnforio yn rheolaidd gael eu brechu. Efallai y bydd y rheiny sy'n gweithio gyda chŵn yn agored i risg.

MRSA

Mae MRSA yn dalfyriad o fersiwn Saesneg y term Staffylococws Awrëws sy'n Gwrthsefyll Methisilin, sef math o Staffylococws Awrëws. Staffylococws Awrëws yw'r math o facteria mwyaf cyffredin sy'n heintio pobl. Maen nhw'n bresennol mewn tua thraean o'r boblogaeth. Mae hyn yn golygu bod yr organeb yn byw ar groen neu yn nhrwyn unigolyn heb achosi niwed neu haint.

Fel arfer ddylai ddim peri unrhyw broblemau. Os yw e, mae'r haint sy'n dod yn ei sgil fel arfer yn ddibwys ac yn arwain at doriadau neu gornwydydd ar y croen. Mae'n hawdd trin y rhain. Mae Staffylococws Awrëws yn fwy o fygythiad i gleifion mewn ysbytai â chlwyfau dwfn, cathetrau neu ddripiau, gan fod y rhain yn caniatáu i'r bacteriwm fynd i mewn i'r corff. Mae pobl sydd â llai o ymwrthedd i heintiau, e.e. y rheiny wedi'u heintio â HIV, hefyd yn agored i niwed. O ganlyniad, mae modd i'r bobl yma gael eu heintio â septisemia neu niwmonia, er enghraifft, sy'n llawer mwy difrifol.

Mae MRSA yn ymddwyn yn union yr un modd â Staffylococws Awrëws ac mae'n achosi'r un ystod o heintiau. Dydy e ddim yn achosi unrhyw niwed i'r rhan fwyaf o bobl sy'n cael eu heintio. Yr hyn sy'n gwneud MRSA yn wahanol yw ei ymwrthedd i wrthfiotigau. Mae rhai gwrthfiotigau yn effeithiol, ond mae'n bosibl eu bod yn anoddach eu defnyddio ac yn achosi sgil-effeithiau. Dyna pam mae achosion o MRSA yn lledaenu mewn ysbytai yn destun pryder a pham y mae'n rhaid ynysu cleifion â MRSA weithiau mewn ystafelloedd ar wahân neu wardiau arbennig.

Y rheiny sy'n gweithio ym maes gofal cartref a gofal preswyl sydd fwyaf agored i'r risg o gael eu heintio ag MRSA.

Y ffordd orau o osgoi cael eich heintio ag MRSA yw trwy ddilyn arferion hylendid a gweithio da a diogel.

HS 25

RHESTR WIRIO I REOLWYR

	✓ Wedi'i gyflawni?		
	Dd/B	✓	X
• A oes asesiad risg addas a digonol wedi'i gynnal i benderfynu a yw gweithwyr yn dod i gysylltiad â gwahanol glefydau trosglwyddadwy/heintus?			
• Oes camau wedi'u cymryd o ganlyniad i'r asesiad i leihau'r risg?			
• Lle bo'n briodol, ydy'r 'Holiadur Brechu' wedi'i gwblhau?			
• Ydych chi'n effro i'r galwedigaethau hynny lle bydd angen brechu gweithwyr o bosib?			
• A yw gweithwyr wedi cael gwybodaeth, cyfarwyddyd a hyfforddiant o ran unrhyw sylweddau peryglus maen nhw'n eu defnyddio sy'n risg i'w hiechyd?			
• A yw cofnodion o unrhyw frechiadau yn cael eu cadw ar ffeil bersonol unigolion?			
• Oes gweithdrefnau monitro ar waith i sicrhau bod gofynion y polisi yn cael eu bodloni?			

Wedi'i llenwi gan: _____
(Llofnod)

Enw: _____
(Llythrennau bras)

Swydd: _____

Dyddiad: _____

Wedi'i gadarnhau gan:_____
(Llofnod)

Enw: _____
(Llythrennau bras)

Swydd: _____

Dyddiad: _____