Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.

Ewch i **https://llyw.cymru/dull-o-ymdrin-feirysau-anadlol-mewn-gofal-cymdeithasol-hydrefgaeaf-2022-i-2023-html** (https://llyw.cymru/dull-o-ymdrin-feirysau-anadlol-mewn-gofal-cymdeithasol-hydrefgaeaf-2022-i-2023-html) i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybdaeth am **hawlfraint** (https://llyw.cymru/datganiad-hawlfraint).

CANLLAWIAU

Dull o ymdrin â feirysau anadlol mewn gofal cymdeithasol: hydref/gaeaf 2022 i 2023

Canllawiau ar fesurau atal a rheoli heintiau ar gyfer gofal cymdeithasol. Mae hefyd yn cynnwys canllawiau ar ymweliadau i mewn ac allan o gartrefi gofal.

Cyhoeddwyd gyntaf: 28 Mawrth 2022

Diweddarwyd ddiwethaf: 24 Hydref 2022

Cynnwys

Cyflwyniad (#section-94035)

Gofynion profi, ac atal a rheoli heintiau ar gyfer y gweithlu gofal cymdeithasol a phreswylwyr (#section-94037)

Cartrefi gofal (#section-94084)

Ymweld â chartrefi gofal (#section-94086)

Preswylwyr cartrefi gofal (#section-94088)

Datgan achosion a rheoli achosion mewn cartrefi gofal (#section-94090)

Atodiad 1 (#section-94092)

Troednodyn (#section-94039)

Cyflwyniad

Wrth inni symud y tu hwnt i'r ymateb brys i'r pandemig, ac i mewn i hydref a gaeaf 2022 a 2023, bydd angen inni ystyried pa mor agored i niwed yw llawer o unigolion sy'n defnyddio gwasanaethau gofal cymdeithasol o ganlyniad i'r ansicrwydd ynghylch effaith COVID-19 a feirysau anadlol eraill a'r risgiau uwch sy'n gysylltiedig â lleoliadau caeedig a dan do fel cartrefi gofal.

Byddwn yn adeiladu ar yr hyn rydym wedi'i ddysgu hyd yma yn dilyn cyflwyno rhaglen frechu lwyddiannus ac mae preswylwyr cartrefi gofal a staff gofal cymdeithasol wedi ymateb yn wych i'r rhaglen. Mae'r rhai sy'n gweithio ym maes gofal cymdeithasol gyn parhau i weithio'n ddiflino i sefydlu gwell arferion ar gyfer atal a rheoli heintiau.

Mae'r ddogfen hon yn rhoi canllawiau atodol yn dilyn cyhoeddi 'Dull o ymdrin â feirysau anadlol o ran iechyd y cyhoedd gan gynnwys COVID-19 2022 i 2023'. Ein hymagwedd o hyd yw nad yw COVID-19 wedi diflannu, a bod angen i amodau iechyd y cyhoedd lywio'r cyfnod pontio o bandemig i endemig.

Bydd rhai mesurau diogelu ac arferion da yn parhau i gael eu cynghori wrth symud ymlaen, ond byddwn yn annog darparwyr cartrefi gofal hefyd i symud yn hyderus tuag at ailgyflwyno ymdeimlad o normalrwydd i raddau llawer mwy yn eu cartrefi gofal ac ym mywydau beunyddiol y bobl y maen nhw'n gofalu amdanynt. Mae'n bwysig ein bod i gyd yn cofio mai cartref yr unigolyn yw'r cartref gofal ac nid amgylchedd clinigol. Am y rheswm hwn, bydd rhywfaint o risg gynhenid bob amser o gael haint ac er ein bod yn cydnabod bod preswylwyr yn agored i niwed, ac rydym yn gwneud ein gorau i atal y risg hon, mae'n rhaid i unrhyw gamau a gymerir ystyried y niwed ehangach a allai ddigwydd bob amser.

Mae pobl sy'n gweithio ac yn byw mewn lleoliadau gofal cymdeithasol ac sy'n

derbyn gwasanaethau cymorth cartref wedi wynebu heriau sylweddol iawn gydol y pandemig **[troednodyn 1]** (#troednodyn1) ac nid ydym yn diystyru'r effaith y mae hyn wedi'i chael ar iechyd meddwl a chorfforol pobl a'u lles. Byddwn yn parhau i gyflawni cydbwysedd rhwng cefnogi lles pobl a chadw pobl yn ddiogel.

Bwriad y ddogfen hon yw rhoi crynodeb amlinellol i'r sector gofal cymdeithasol o'r newidiadau i'r trefniadau Profi, Olrhain, Diogelu (TTP) a chanllawiau Atal a Rheoli Heintiau ac mae'n cynnwys cyngor ar ymweld â chartrefi gofal. Mae'r ddogfen hon yn cyfeirio at ganllawiau manylach Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ceir rhestr gyfeirio gyflym i'r negeseuon allweddol yn **Atodiad 1** (#section-94092).

Gofynion profi, ac atal a rheoli heintiau ar gyfer y gweithlu gofal cymdeithasol a phreswylwyr

Cyhoeddwyd cynllun pontio Llywodraeth Cymru, **Gyda'n gilydd tuag at ddyfodol mwy diogel: COVID-19 – Cynllun pontio hirdymor Cymru o bandemig to endemig** (https://llyw.cymru/covid-19-cynllun-pontio-hirdymor-cymru-o-bandemig-i-endemig), ym mis Mawrth 2022. Mae'n nodi'r egwyddorion a fydd yn sail i ymateb parhaus Cymru i COVID-19 wrth inni edrych tua'r dyfodol o fyw gyda'r feirws ynghyd â chlefydau heintus eraill, a beth y bydd hyn yn ei olygu ar gyfer gwasanaethau ac amddiffyniadau iechyd y cyhoedd. Gellir dadlau bod y sefyllfa yn ymwneud â feirysau anadlol ar gyfer gaeaf 2022 i 2023 yn fwy annelwig nag yn y blynyddoedd blaenorol, yn enwedig gan fod y pandemig wedi tarfu'n sylweddol ar batrwm feirysau tymhorol. Mae'r trefniadau newydd hyn yn ein symud i ddull gweithredu sydd wedi'i dargedu tuag at amddiffyn y bobl fwyaf agored i niwed rhag COVID-19 a feirysau anadlol eraill.

Mae rhagor o ganllawiau ar arferion gorau gan gynnwys rhagofalon rheoli heintiau safonol yn y llawlyfr atal a rheoli heintiau cenedlaethol (NIPCM) sydd ar

gael ar wefan **Iechyd Cyhoeddus Cymru** (https://phw.nhs.wales/services-and-teams/harp/infection-prevention-and-control/).

Mesurau	Canllawiau
Profi staff gofal cymdeithasol	Yn seiliedig ar y cyngor clinigol diweddaraf sydd ar gael am fanteision profion asymptomatig pan fydd achosion coronafeirws yn isel, o 8 Medi, byddwn yn atal profion asymptomatig ar gyfer lleoliadau gofal cymdeithasol, gan gynnwys cartrefi gofal a gwasanaethau hosbis. Argymhellir bod pob aelod staff â symptomau yn cael prawf amlddadansoddiad a fydd yn rhoi diagnosis o COVID-19 a feirysau anadlol eraill gan gynnwys y ffliw ac RSV.
Profi - Preswylwyr	Byddwn yn parhau i ddarparu profion ar gyfer preswylwyr cartrefi gofal sydd â symptomau ac rydym yn darparu profion amlddadansoddiad sy'n canfod COVID-19 a feirysau anadlol eraill. Bydd hyn yn helpu i reoli achosion a hysbysu ein hymdrechion gwyliadwriaeth barhaus. Byddwn yn parhau i ddarparu profion llif unffordd a phrofion PCR ar gyfer y rheini sy'n gymwys i gael **triniaethau COVID-19** (https://llyw.cymru/triniaethau-covid-19). Bydd preswylwyr sy'n cael eu rhyddhau o'r ysbyty i gartref gofal yn cael cynnig prawf llif unffordd.
Staff gofal cymdeithasol - achosion positif a chysylltiadau hysbys	Mae'r gofyniad cyfreithiol i hunanynysu achosion positif a chysylltiadau heb eu brechu wedi dod i ben ers 28 Mawrth 2022. Daeth y Cynllun Cymorth Hunanynysu i ben ar 30 Mehefin 2022. Mae'r cynllun ychwanegiad at dâl salwch statudol COVID-19 wedi dod i ben ar 31 Awst 2022. Mae staff cartrefi gofal sy'n cael prawf positif yn debygol iawn o fod â

Mesurau	Canllawiau
	COVID-19 a gallant basio'r haint i eraill. Felly, cânt eu cynghori i: • aros gartref ac osgoi dod i gysylltiad ag eraill os yw'n bosibl • **rhoi gwybod eu canlyniad ar-lein (gov.uk)** (https://www.gov.uk/report-covid19-result) • rhoi gwybod i'w rheolwr • cymryd rhan yn y broses olrhain cysylltiadau a fydd, fel gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol, o bosibl yn cynnwys galwadau ffôn gyda swyddog olrhain cysylltiadau neu gwblhau e-ffurflen • cymryd prawf llif unffordd ar ddiwrnod 5 a diwrnod 6 ar ôl cael prawf positif a: ◦ gallant ddychwelyd i'r gwaith ar ôl cael dau brawf llif unffordd negatif, gyda 24 awr o fwlch rhwng y ddau brawf ◦ os ydynt yn cael prawf positif ar ddiwrnod 5 neu ddiwrnod 6, dylent gadw draw o'r gwaith nes y byddant wedi cael 2 brawf negatif gyda bwlch o 24 awr rhwng y ddau, neu hyd at ddiwrnod 10. Cânt hefyd eu cynghori yn gryf i aros gartref ac osgoi dod i gysylltiad ag eraill os ydynt yn parhau i brofi'n bositif Mae'r tebygolrwydd o gael prawf llif unffordd heb symptomau ar ôl 10 diwrnod yn isel iawn. Fodd bynnag, os yw'r prawf llif unffordd yn bositif ar y 10fed diwrnod, dylent barhau i brofi a dychwelyd i'r gwaith dim ond ar ôl cael un prawf llif unffordd negatif. Mae'r canllawiau llawn ar gael: **Profion COVID-19 ar gyfer gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol** (https://llyw.cymru/profion-covid-19-ar-gyfer-gweithwyr-iechyd-gofal-cymdeithasol). Dylai staff gofal cymdeithasol a nodir fel cysylltiadau **ar yr aelwyd** ddilyn canllawiau gofal cymdeithasol penodol sydd ar gael: **Profion COVID-19 ar gyfer gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol** (https://llyw.cymru/profion-covid-19-ar-gyfer-gweithwyr-iechyd-gofal-cymdeithasol). Yn fras, fodd bynnag:

Mesurau	Canllawiau
	Dylai staff gofal cymdeithasol sy'n cael eu hadnabod fel cyswllt ar yr aelwyd neu gyswllt dros nos i rywun sydd wedi cael prawf COVID-19 positif drafod ffyrdd o leihau'r risg o drosglwyddo'r feirws i eraill gyda'u rheolwr llinell. Gall hyn gynnwys ystyried: • adleoli staff i ardaloedd risg is os ydynt yn staff gofal iechyd sy'n ymwneud â chleifion, yn enwedig os yw'r aelod staff yn gweithio gyda chleifion agored i niwed, gan gynnwys y rheini sydd â system imiwnedd gwan sy'n golygu bod risg uwch y byddant yn cael salwch difrifol er iddynt gael eu brechu (gov.uk) • gweithio gartref os ydynt yn staff gofal iechyd nad ydynt yn ymwneud â chleifion • cyfyngu ar ddod i gysylltiad agos â phobl eraill yn enwedig mewn mannau prysur, caeedig neu lefydd sydd wedi'u awyru'n wael. Yn y gwaith, rhaid i staff barhau i gydymffurfio'n drylwyr â'r holl ganllawiau atal a rheoli heintiau **COVID-19 perthnasol** (https://phw.nhs.wales/services-and-teams/harp/infection-prevention-and-control/guidance/infection-prevention-and-control-measures-for-sars-cov-2-covid-19-in-health-and-care-settings-wales/) a **Llawlyfr Atal a Rheoli Heintiau Cenedlaethol Cymru** (https://phw.nhs.wales/services-and-teams/harp/infection-prevention-and-control/guidance/infection-prevention-and-control-measures-for-sars-cov-2-covid-19-in-health-and-care-settings-wales/). Os yw staff yn datblygu unrhyw symptomau o fewn y 10 diwrnod, dylent ddilyn y cyngor ar gyfer staff gyda symptomau haint anadlol, gan gynnwys COVID-19**.**
Defnyddio cyfarpar diogelu personol	Mae **canllawiau atal a rheoli heintiau COVID-19** (https://phw.nhs.wales/services-and-teams/harp/infection-prevention-and-

Mesurau	Canllawiau
(PPE)	control/guidance/infection-prevention-and-control-measures-for-sars-cov-2-covid-19-in-health-and-care-settings-wales/) presennol Iechyd Cyhoeddus Cymru yn darparu mesurau atal a rheoli heintiau penodol i atal trosglwyddiad SARS-CoV-2 mewn lleoliadau iechyd a gofal yng Nghymru. Dylid darllen y canllawiau hyn mewn cysylltiad â **Llawlyfr Atal a Rheoli Heintiau Cenedlaethol Cymru** (https://phw.nhs.wales/services-and-teams/harp/infection-prevention-and-control/nipcm/). Mae'r canllawiau'n disgrifio sut i gymryd rhagofalon atal a rheoli heintiau safonol a Rhagofalon Seiliedig ar Drosglwyddiad. Gallwch ddod o hyd i fanylion ar y cyfarpar diogelu personol sy'n cael ei argymell ar gyfer darparu gofal uniongyrchol mewn achosion o COVID-19, neu achosion a amheuir: **Infection Prevention and Control Measures for SARS-CoV-2 (COVID-19) in Health and Care Settings - Wales** (https://phw.nhs.wales/services-and-teams/harp/infection-prevention-and-control/guidance/infection-prevention-and-control-measures-for-sars-cov-2-covid-19-in-health-and-care-settings-wales/) Yn gryno, dylid gwisgo menig, ffedogau a masg FRSM math 11R untro a feisor neu gogls yn ogystal wrth roi gofal personol, uniongyrchol i bobl sydd â COVID-19 neu yr amheuir sydd â COVID-19. Mae dull asesu risg i gefnogi sefydliadau gofal cymdeithasol i ddefnyddio'r hierarchiaeth mesurau rheoli gan gynnwys cyfarpar diogelu personol ar gael: **Criteria for completing a local risk assessment Social Care** (https://phw.nhs.wales/services-and-teams/harp/infection-prevention-and-control/guidance/criteria-for-completing-a-local-risk-assessment-social-care-21st-april-version-1/). Argymhellir y dylid cynnal asesiad yn rheolaidd gan ddefnyddio'r dull hwn i sicrhau parodrwydd. Dylai staff barhau i wisgo menig a ffedogau untro pan fyddant yn rhoi gofal personol uniongyrchol os rhagwelir y gellir dod i gysylltiad â gwaed/hylifau'r corff.

Mesurau	Canllawiau
	Pan na cheir achos neu frigiad o achosion o COVID-19 mewn cartref gofal, gall darparwyr gynnal asesiad risg o'r angen i staff nad ydynt yn darparu gofal personol uniongyrchol barhau i ddefnyddio masgiau. Dylai staff nad ydynt yn darparu gofal personol, uniongyrchol ailddechrau gwisgo masgiau os bydd haint COVID-19 wedi'i gadarnhau neu ei amau o fewn y lleoliad.
Cadw pellter cymdeithasol	Gellir llacio'r canllawiau sy'n dweud y dylai staff gofal cymdeithasol, preswylwyr cartrefi gofal a'r rhai sy'n derbyn gwasanaethau cymorth cartref gadw pellter cymdeithasol pan nad oes tystiolaeth bod COVID-19 yn cylchredeg yn y cartref. Pe bai digwyddiad neu achos yn digwydd mewn cartref gofal, gellid ailgyflwyno mesurau cadw pellter cymdeithasol fel mesur lliniaru.

Cartrefi gofal

Mae pobl sy'n gweithio ac yn byw mewn cartrefi gofal a'u teuluoedd wedi wynebu heriau sylweddol iawn gydol y pandemig. Ni fydd y gofid a achosir gan gyfyngiadau, colli anwyliaid a chael eu gwahanu oddi wrth deulu a ffrindiau yn cael ei anghofio. Yn yr un modd, rydym yn cydnabod ac yn myfyrio ar waith darparwyr cartrefi gofal a'u staff wrth ofalu am bobl a'u cadw'n ddiogel mewn amgylchiadau anodd iawn. Nid ydym yn tanbrisio'r effaith y mae hyn i gyd wedi'i chael ar iechyd meddwl a chorfforol pobl a'u lles.

Mae bywyd mewn cartrefi gofal yn dal i fod yn wahanol iawn i'r ffordd yr oedd cyn y pandemig. Mae'n rhaid inni adeiladu ar yr hyn rydym wedi'i ddysgu a'r hyn rydym wedi'i gyflawni dros y ddwy flynedd ddiwethaf. Mae gennym raglen frechu

lwyddiannus ac mae nifer y preswylwyr cartrefi gofal sydd wedi cael eu brechu yn rhagorol ac mae'r rhan fwyaf o staff cartrefi gofal wedi cael eu brechu hefyd. Os nodir bod nifer yr aelodau staff sy'n cael eu brechu mewn cartrefi gofal yn isel, bydd sylw wedi'i dargedu yn parhau i gael ei roi i'r cartrefi gofal hynny, gyda'r nod o gynyddu lefelau brechu er mwyn cadw eu hunain a'r rhai maen nhw'n gofalu amdanynt yn ddiogel.

Mae cartrefi gofal wedi sefydlu gwell arferion atal a rheoli heintiau ac mae angen parhau i ganolbwyntio ar hynny er mwyn sicrhau bod y gwelliant hwn yn cael ei gynnal. Er y bydd rhai mesurau diogelu'n parhau i gael eu cynghori wrth inni bontio y tu hwnt i lefel rhybudd sero, byddwn yn annog darparwyr cartrefi gofal i symud yn hyderus tuag at ailgyflwyno mwy o ymdeimlad cartrefol o normalrwydd yn eu cartrefi gofal a chyfoethogi bywydau a mwynhad o ddydd i ddydd y bobl y maen nhw'n gofalu amdanynt. Dylai pobl allu ymlacio a threulio amser gyda'i gilydd, bwyta gyda'i gilydd a chymryd rhan mewn gweithgareddau cymunol.

Un agwedd allweddol ar ddychwelyd i fwy o normalrwydd yw sicrhau bod pobl yn cael eu cefnogi yn eu hawl i fynd allan ac i gymryd rhan mewn bywyd teuluol a chymunedol ac nad yw'r hawl hon yn cael ei chyfyngu na'i rhwystro.

Yn yr un modd, rydym yn disgwyl i ymwelwyr gael eu croesawu a'u hannog mewn ffordd agored a hyblyg. Dylai darparwyr cartrefi gofal gefnogi ymweliadau dan do arferol heb gyfyngiadau pan nad oes achosion o'r clefyd. Os ystyrir bod bod angen system apwyntiadau, dylai hyn hwyluso ymweliadau yn hytrach na'u llesteirio. Nid ydym yn disgwyl y bydd cyfyngiadau amhriodol ar niferoedd ymwelwyr nac ar hyd a mynychder yr ymweliadau.

Ymweld â chartrefi gofal

Mesurau	Canllawiau
Ymweld â chartrefi gofal	Dylid croesawu, annog a galluogi ymwelwyr os nad oes oes achosion o'r clefyd yn y cartref gofal. Dylai'r trefniadau ymweld fod mor agored a hyblyg â phosibl. Gyda phrofion asymptomatig rheolaidd wedi'u hatal ar gyfer lleoliadau gofal cymdeithasol, ni fydd angen i ymwelwyr â chartrefi gofal gymryd prawf llif unffordd cyn ymweld bellach. Gofynnir i unrhyw un â symptomau neu unrhyw un sydd wedi dod i gysylltiad agos ag achos positif o COVID-19 yn y 10 diwrnod diwethaf, neu sydd wedi cael symptomau feirws anadlol arall, i beidio â dod i'r cartref gofal yn ystod y cyfnod hwn. Dylai cartrefi gofal ddefnyddio dull seiliedig ar risg i gefnogi ymweliadau yn ystod brigiad o achosion/achos lluosog. Os oes brigiad o achosion/achos lluosog yn y cartref gofal, dylid gwneud penderfyniadau ynglŷn â chefnogi pobl i ymweld â'r cartref yn unol â nodweddion yr achosion a'r cyngor gan dimau iechyd a thimau diogelu'r cyhoedd lleol sy'n cefnogi'r cartref. Mewn rhai amgylchiadau, efallai y bydd angen cyflwyno mesurau rheoli ychwanegol i alluogi parhau ag ymweliadau rheolaidd. Er enghraifft, os yw'r haint mewn adeilad penodol neu ar lawr penodol yn y cartref gofal, neu yn effeithio ar staff y gegin yn unig. Gall ymwelwyr hanfodol barhau i ymweld yn ystod brigiad o achosion/ achos lluosog. Gall pobl enwebu 2 ymwelydd hanfodol bellach er mwyn rhoi mwy o hyblygrwydd iddynt hwy a'u teuluoedd heb gynyddu nifer yr ymwelwyr i'r cartref yn sylweddol yn ystod achosion o'r clefyd. Gallant ymweld ar wahân neu gyda'i gilydd.
Gorchuddion wyneb wrth ymweld â	Daeth y gofyniad cyfreithiol i ymwelwyr wisgo gorchuddion wyneb pan fyddant yn ardaloedd cyhoeddus cartrefi gofal ac wrth symud drwy'r cartref

Mesurau	Canllawiau
chartref gofal	gofal i ben ar 30 Mai 2022. Gall darparwyr ddilyn dull asesu risg.
Ymweliadau arferol i mewn ac allan o gartrefi gofal yn ystod achosion o'r clefyd	Gellir cefnogi ymweliadau arferol i mewn ac allan o gartrefi gofal yn ystod rhai digwyddiadau neu achosion COVID-19, yn dibynnu ar gyngor iechyd y cyhoedd ar gyfer yr achosion penodol.

Preswylwyr cartrefi gofal

Mesurau	Canllawiau
Derbyniadau i gartrefi gofal yn dilyn rhyddhau o'r ysbyty	Rydym yn annog byrddau iechyd i weithio gyda darparwyr cartrefi gofal ar drefniadau profi wrth ryddhau. Gall cleifion sydd wedi cael prawf COVID positif ar gael eu derbyn i'r ysbyty neu wedi hynny gymryd yn ganiataol nad ydynt yn heintus pan fydd eu symptomau wedi gwella, a bod: • 20 diwrnod wedi pasio, neu • 10 diwrnod wedi pasio gyda phrawf llif unffordd negatif neu NAAT positif isel Bydd cleifion asymptomatig nad ydynt wedi cael prawf COVID positif eisoes yn cael prawf llif unffordd o fewn 24 awr i gael eu

Mesurau	Canllawiau
	rhyddhau i gyfleuster gofal. Argymhellir o hyd y dylai preswylwyr cartrefi gofal hunanynysu ar ôl cael eu rhyddhau, ond gallant brofi i gael eu rhyddhau gan ddefnyddio profion llif unffordd ar ddiwrnod 3. Mae canllawiau ar brofion cyn rhyddhau a threfniadau hunanynysu dilynol i'w gweld: **Gofynion Gwasanaeth Rhyddhau o Ysbyty COVID-19 (Cymru)** (https://llyw.cymru/sites/default/files/publications/2022-01/gofynion-gwasanaeth-rhyddhau-o-ysbyty--covid-19-threfniadau-gofal-mwy-a-llai-dwys.pdf).
Derbyniadau i leoliad gofal o rywle arall	Dylai unigolion sydd angen cael eu derbyn i gartref gofal o'u cartref eu hunain, cartref perthynas neu leoliad gofal arall gael asesiad risg o ran eu risg o haint, gan gynnwys ar gyfer haint COVID-19. Os oes gan unigolyn symptomau COVID-19 neu os yw wedi profi'n bositif, gallai lleoliad neu dderbyniad gael ei ohirio am 10 diwrnod (neu 14 diwrnod i'r rhai sy'n agored i niwed yn glinigol neu'n eithriadol o agored i niwed) neu gallai'r cartref gofal ystyried derbyn yr unigolyn a gofyn iddo hunanynysu, os yw'r cyfleusterau ar gael i wneud hynny.
Preswylwyr cartrefi gofal yn mynd allan	Dylai darparwyr gefnogi ac annog pobl sy'n byw mewn cartrefi gofal i arfer eu hawl i fynd allan a chymryd rhan mewn bywyd teuluol a chymunedol. Ni ddylid cyfyngu ar yr hawl hon na'i rhwystro. Oherwydd na chynhelir profion asymptomatig o 8 Medi, nid yw profion llif unffordd yn cael eu hargymell ar ôl dychwelyd o ymweliadau yn y gymuned.
Ynysu preswylwyr cartrefi gofal - y rhai	Mae'r canllawiau ar gyfer pobl â symptomau o haint anadlol, gan

Mesurau	Canllawiau
sydd wedi cael canlyniad prawf positif neu sydd wedi'u nodi fel cyswllt	gynnwys COVID-19 ar gael: **Canllawiau i bobl sydd â symptomau haint anadlol, gan gynnwys COVID-19** (https://llyw.cymru/canllawiau-i-bobl-sydd-symptomau-haint-anadlol-gan-gynnwys-covid-19).
Trefniadau cadw pellter cymdeithasol preswylwyr cartrefi gofal	Gellir llacio'r canllawiau sy'n dweud y dylai staff a phreswylwyr gadw pellter cymdeithasol pan nad oes tystiolaeth bod COVID-19 yn cylchredeg yn y cartref. Pe bai digwyddiad neu achos, gellid ailgyflwyno trefniadau cadw pellter cymdeithasol fel mesur lliniaru.

Datgan achosion a rheoli achosion mewn cartrefi gofal

Darperir canllawiau sy'n ymwneud â rheoli heintiau COVID-19 mewn cartrefi gofal gan Iechyd Cyhoeddus Cymru a gellir eu gweld yn llawn ar wefan y sefydliad: **Infection Prevention and Control Measures for SARS-CoV-2 (COVID-19) in Health and Care Settings - Wales** (https://phw.nhs.wales/services-and-teams/harp/infection-prevention-and-control/guidance/infection-prevention-and-control-measures-for-sars-cov-2-covid-19-in-health-and-care-settings-wales/).

Mesurau	Rheoli achosion
Datgan achos/ digwyddiad o'r haint COVID	Mae datgan a rheoli achosion o COVID-19 mewn cartrefi gofal yn cyd-fynd bellach â'r canllawiau presennol ar gyfer heintiau anadlol er mwyn sicrhau bod achos/digwyddiad yn cael ei ddatgan dim ond os oes dau neu fwy o

Mesurau	Rheoli achosion
	gleifion neu aelodau staff yn cael COVID-19 mewn lleoliad penodol lle yr amheuir bod haint a throsglwyddiadau'n digwydd mewn ysbyty neu leoliad gofal iechyd. Er mwyn gallu datgan bod achosion wedi dod i ben, ni ddylid cael unrhyw achosion newydd symptomatig neu wedi'u cadarnhau o COVID-19 sy'n gysylltiedig ag achosion am gyfnod o 14 diwrnod o leiaf.
Profi ar gyfer rheoli achosion	Bydd unedau Profi Symudol yn cael eu cadw i reoli a chefnogi achosion. Bydd capasiti profion llif unffordd wrth gefn yn cael ei gadw i gefnogi'r gwaith o reoli achosion lleol ac ymchwilio i amrywiolion sy'n dod i'r amlwg.

Atodiad 1

Rhestr gyfeirio gyflym

Mesurau	Canllawiau
Brechiadau	• Dechreuwyd y broses o gynnig dosgyflwyno rhaglen atgyfnerthu’r hydref ar ddechrau mis Medi 2022 i helpu i roi hwb i imiwnedd y rheini sydd mewn mwy o berygl o ganlyniad i COVID-19, gan eu diogelu’n well yn erbyn salwch difrifol.
Profi staff	• Rydym yn argymell profion amlddadansoddiad ar gyfer staff cartrefi gofal a staff hosbisau sydd â symptomau. Bydd y profion hyn yn rhoi diagnosis o COVID-19 a feirysau anadlol eraill fel y ffliw ac RSV.

Mesurau	Canllawiau
	• Ni fydd staff yn gorfod cymryd prawf asymptomatig ddwywaith yr wythnos ar hyn o bryd.
Profi preswylwyr	• Byddwn yn parhau i ddarparu profion PCR amlddadansoddiad ar gyfer COVID-19 a feirysau anadlol eraill ar gyfer preswylwyr cartrefi gofal â symptomau. • Byddwn yn parhau i ddarparu profion PCR a phrofion llif unffordd ar gyfer y rheini sy'n gymwys i gael triniaethau COVID-19. • Bydd preswylwyr sy'n cael eu rhyddhau o'r ysbyty i gartref gofal yn cael cynnig prawf llif unffordd. • Argymhellir y dylai preswylwyr cartrefi gofal hunanynysu ar ôl cael eu rhyddhau o'r ysbyty, ond gallant wneud prawf llif unffordd i roi'r gorau i hunanynysu ar ddiwrnod 3.
Aros gartref	Dylai staff asymptomatig sy'n cael eu hadnabod fel cyswllt ar yr aelwyd neu gyswllt dros nos i rywun sydd wedi cael canlyniad prawf COVID-19 positif drafod ffyrdd o leihau'r risg o drosglwyddo'r haint i eraill gyda'u rheolwr llinell. Gall hyn gynnwys ystyried: • adleoli staff i ardaloedd risg is os ydynt yn staff gofal iechyd sy'n ymwneud â chleifion, yn enwedig os yw'r **aelod staff yn gweithio gyda chleifion agored i niwed, gan gynnwys y rheini sydd â system imiwnedd gwan sy'n golygu bod risg uwch y byddant yn cael salwch difrifol er iddynt gael eu brechu (gov.uk)** (https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-guidance-for-people-whose-immune-system-means-they-are-at-higher-risk) • gweithio gartref os ydynt yn staff gofal iechyd nad ydynt yn ymwneud â chleifion • cyfyngu ar ddod i gysylltiad agos â phobl eraill yn enwedig mewn mannau prysur, caeedig neu lefydd sydd wedi'u awyru'n wael.

Mesurau	Canllawiau
	Yn y gwaith, rhaid i staff barhau i gydymffurfio'n drylwyr â'r holl **ragofalon rheoli heintiau (nhs.uk)** (https://www.england.nhs.uk/publication/national-infection-prevention-and-control/). Os yw staff yn datblygu unrhyw symptomau o fewn y 10 diwrnod, dylent ddilyn y **cyngor ar gyfer staff gyda symptomau haint anadlol, gan gynnwys COVID-19** (https://llyw.cymru/profion-covid-19-ar-gyfer-gweithwyr-iechyd-gofal-cymdeithasol#section-89894).
Arferion da PPE	• Dylid gwisgo menig, ffedogau a masg FRSM math 11R untro a feisor/gogls yn ogystal wrth roi gofal personol, uniongyrchol i bobl sydd â COVID-19 neu yr amheuir sydd â COVID-19. • Dylai pob staff gadw at Ragofalon Rheoli Heintiau Safonol, ym mhob lleoliad gofal, bob amser ar gyfer preswylwyr/defnyddwyr gwasanaethau. • Dylai staff barhau i wisgo menig a ffedogau pan fyddant yn darparu gofal personol uniongyrchol os rhagwelir y byddant yn dod i gysylltiad â gwaed/hylifau'r corff. • Os nad oes achos wedi'i gadarnhau neu frigiad o achosion COVID-19 yn y cartref gofal, gall darparwyr asesu'r risg i benderfynu a ddylai staff nad ydynt yn darparu gofal personol uniongyrchol wisgo masg. • Dylai staff nad ydynt yn darparu gofal personol uniongyrchol ailddechrau gwisgo masgiau os oes haint COVID-19 wedi'i gadarnhau yn y lleoliad, neu os oes amheuaeth o hynny. • Daeth y gofyniad cyfreithiol i ymwelwyr wisgo gorchuddion wyneb mewn mannau cyhoeddus cartrefi gofal ac wrth symud drwy'r cartref gofal i ben ar 30 Mai 2022. Gall darparwyr ddilyn dull asesu risg.
Cadw pellter cymdeithasol	• Gellir llacio mesurau cadw pellter cymdeithasol pan nad oes tystiolaeth bod COVID-19 yn cylchredeg yn y lleoliad. • Pe bai digwyddiad neu achos yn digwydd mewn cartref gofal, gellid ailgyflwyno mesurau cadw pellter cymdeithasol fel mesur lliniaru.

Mesurau	Canllawiau
Ymwelwyr â chartrefi gofal	• Dylid galluogi ac annog ymweliadau dan do arferol pan nad oes achosion o'r clefyd yn y cartref gofal. Dylai'r trefniadau ymweld fod mor agored a hyblyg â phosibl, ac os defnyddir system apwyntiadau dylai hwyluso ymweliadau yn hytrach na'u llesteirio. • Ni ddylai fod cyfyngiadau amhriodol ar niferoedd ymwelwyr nac ar hyd a mynychder ymweliadau. • Gall pobl enwebu 2 'ymwelydd hanfodol' er mwyn sicrhau cysondeb ymweliadau yn ystod achosion o'r clefyd. Gallant ymweld ar wahân neu gyda'i gilydd. • Gyda phrofion asymptomatig yn cael eu hatal o 8 Medi ar gyfer lleoliadau gofal cymdeithasol, ni fydd angen i ymwelwyr â chartrefi gofal gymryd prawf llif unffordd cyn ymweld bellach. • Gofynnir i unrhyw un â COVID-19 neu unrhyw un sydd wedi dod i gysylltiad agos ag achos positif o COVID-19 yn y 10 diwrnod diwethaf, neu sydd wedi cael symptomau feirws anadlol arall, i beidio â dod i'r cartref gofal yn ystod y cyfnod hwn. • Dylai cartrefi gofal ddefnyddio dull seiliedig ar risg i gefnogi ymweliadau yn ystod brigiad o achosion/achos lluosog. Os oes brigiad o achosion/achos lluosog yn y cartref gofal, dylid gwneud penderfyniadau ynglŷn â chefnogi pobl i ymweld â'r cartref yn unol â nodweddion yr achosion a'r cyngor gan dimau iechyd a thimau diogelu'r cyhoedd lleol sy'n cefnogi'r cartref.
Preswylwyr yn mynd allan ac yn dychwelyd o ymweliadau yn y gymuned	• Dylai darparwyr gefnogi ac annog pobl sy'n byw mewn cartrefi gofal i arfer eu hawl i fynd allan a chymryd rhan mewn bywyd teuluol a chymunedol. • Gyda phrofion asymptomatig yn cael eu hatal o 8 Medi, nid yw profion llif unffordd yn cael eu hargymell wrth ddychwelyd o ymweliadau yn y gymuned.

Troednodyn

[1] Er enghraifft, gweler: *Adolygiad cyflym o effaith y pandemig COVID-19 ar iechyd meddwl gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol yn y DU.* Adroddiad: RR00002, **Canolfan Dystiolaeth COVID-19 Cymru** (https://ymchwiliechydagofalcymru.org/amdanom-ni-cymuned-ymchwil/canolfan-dystiolaeth-covid-19-cymru) Gorffennaf 2021 a *Ydy mesurau atal a rheoli haint wedi arwain at unrhyw ddeilliannau niweidiol i breswylwyr a staff cartrefi gofal a gofal cartref?* Adroddiad: RR00018, **Canolfan Dystiolaeth COVID-19 Cymru** (https://ymchwiliechydagofalcymru.org/amdanom-ni-cymuned-ymchwil/canolfan-dystiolaeth-covid-19-cymru) Tachwedd 2021.

Efallai na fydd y ddogfen hon yn hollol hygyrch.

Drllenwch ein **datganiad hygyrchedd** (https://llyw.cymru/datganiad-hygyrchedd-llywcymru) i gael rhagor o wybodaeth.