Llywodraeth Cymru
Welsh Government

POLISI A STRATEGAETH, DOGFENNU

Canllawiau ar gyfer rheoli heintiau anadlol acíwt mewn gofal cymdeithasol o aeaf 2023 i 2024 ymlaen

Mae'r ddogfen hon sydd i'w defnyddio gan y sector gofal cymdeithasol yn crynhoi'r canllawiau ynghylch y defnydd o gyfarpar diogelu personol (PPE), y canllawiau profi ac ynysu a'r canllawiau ymweld mewn perthynas â heintiau anadlol fel y ffliw a COVID-19.

Cyhoeddwyd gyntaf: 14 Ebrill 2023

Diweddarwyd ddiwethaf: 28 Ebrill 2023

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

Ewch i **https://www.llyw.cymru/canllawiau-ar-gyfer-rheoli-heintiau-anadlol-aciwt-mewn-gofal-cymdeithasol-o-aeaf-2023-i-2024-ymlaen** i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Cynnwys

Cyflwyniad

Rheoli heintiau anadlol: cyngor i staff

Pan nad oes heintiau anadlol mewn cartrefi gofal i oedolion neu yng nghartrefi pobl sy'n derbyn gofal cartref

Symptomau haint anadlol acíwt mewn un unigolyn mewn cartref gofal neu yng nghartref rhywun sy'n derbyn gofal cartref

Pan fo dau neu ragor o unigolion mewn cartref gofal wedi datblygu symptomau haint anadlol acíwt

Datgan brigiad o achosion:

Derbyniadau newydd i gartrefi gofal

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

Ewch i **https://www.llyw.cymru/canllawiau-ar-gyfer-rheoli-heintiau-anadlol-aciwt-mewn-gofal-cymdeithasol-o-aeaf-2023-i-2024-ymlaen** i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Cyflwyniad

Y tu hwnt i'r ymateb brys i'r pandemig, mae angen inni ystyried pa mor agored i niwed y mae pobl sy'n cael gofal cymdeithasol. Byddwn yn adeiladu ar ein gwybodaeth yn sgil y nifer uchel o breswylwyr cartrefi gofal a staff gofal cymdeithasol a fanteisiodd ar y brechlyn COVID-19. Mae'r rhai sy'n gweithio ym maes gofal cymdeithasol yn parhau i weithio'n ddiflino i weithredu arferion atal a rheoli heintiau er mwyn diogelu preswylwyr a staff rhag ystod o heintiau anadlol acíwt (ARI). Mae heintiau anadlol acíwt yn cynnwys anhwylderau megis COVID-19, y ffliw, a feirws syncytiol anadlol (RSV).

Bydd rhai mesurau diogelu ac arferion da yn parhau i gael eu cynghori pan fo symptomau haint anadlol acíwt yn bresennol, ond rydym yn annog darparwyr gofal i sicrhau normalrwydd mewn cartrefi ac ym mywydau'r bobl y maen nhw'n gofalu amdanynt. Mae'n bwysig ein bod i gyd yn cofio mai cartref y person yw'r cartref gofal ac nid amgylchedd clinigol. Am y rheswm hwn, bydd yna bob amser rywfaint o risg gynhenid o gael haint. Er ein bod yn gwneud ein gorau glas i atal y risg hon ac yn cydnabod bod preswylwyr yn agored i niwed, mae'n rhaid i'r camau a gymerir ystyried y niweidiau ehangach.

Rydym yn parhau i fonitro amrywiolion COVID-19 gan gynnwys ymddangosiad BA.2.86. Os oes risg o drosglwyddadwyedd a difrifoldeb uwch, byddwn yn ystyried mesurau rhagofalus priodol a fydd yn canolbwyntio ar ddiogelu'r rhai sydd fwyaf agored i niwed. Bydd hyn yn cynnwys lefel uwch o fesurau rheoli ac atal heintiau, rhagor o brofion wedi'u targedu, adolygu cynlluniau brechu yn ogystal â chyhoeddi canllawiau cryfach i'r cyhoedd ynghylch mesurau y gallant eu cymryd i amddiffyn eu hunain ac eraill.

Mae'r canllawiau hyn wedi'u seilio ar y canllawiau blaenorol a gyhoeddwyd ar gyfer tymor y Gwanwyn/Haf 2023 yn ogystal â'r **Fframwaith Iechyd y Cyhoedd ar gyfer Feirysau Anadlol**.

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

Ewch i **https://www.llyw.cymru/canllawiau-ar-gyfer-rheoli-heintiau-anadlol-aciwt-mewn-gofal-cymdeithasol-o-aeaf-2023-i-2024-ymlaen** i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Rheoli heintiau anadlol: cyngor i staff

Rydym yn cynghori gweithwyr sy’n gweithio gyda’r cyhoedd ac sydd â symptomau haint anadlol a/neu dymheredd uchel i aros gartref. Dylent hefyd ddweud wrth eu cyflogwr cyn gynted â phosibl.

Pan fyddant yn teimlo’n well a/neu nad oes ganddynt dymheredd uchel a’u bod yn barod i ddychwelyd i'r gwaith, mae’n bosibl y bydd gweithwyr am drafod ffyrdd o leihau unrhyw risg â’u cyflogwr. Y rheswm am hyn yw y gallai rhai pobl fod yn heintus o hyd.

Dylai gweithwyr hefyd drafod ffyrdd o leihau trosglwyddo heintiau â’u rheolwr llinell os ydynt yn rhannu aelwyd neu’n cael cyswllt dros nos â rhywun sydd wedi cael canlyniad prawf COVID-19 positif neu sydd â symptomau feirws anadlol.

Brechu yn erbyn y ffliw a COVID-19 yw ein hamddiffyniad gorau o hyd rhag dal a throsglwyddo'r feirysau hyn i eraill. Mae gweithwyr gofal cymdeithasol rheng flaen wedi’u blaenoriaethu ar gyfer cael eu brechu yn rhan o Raglen Frechu'r Gaeaf yn erbyn Feirysau Anadlol ac fe'u hanogir i fanteisio ar y cynnig o'r ddau frechlyn cyn gynted â phosibl. Bydd yr amddiffyniad a gynigir drwy frechiadau yn helpu i atal gweithwyr rheng flaen rhag mynd yn sâl, yn amddiffyn y bobl y maen nhw’n gofalu amdanynt, a bydd hefyd yn diogelu’r system iechyd a gofal cymdeithasol rhag cael ei llethu.

Gallwch ddod o hyd i fanylion pellach yn y **Fframwaith Anadlol ar gyfer Iechyd y Cyhoedd**.

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

Ewch i **https://www.llyw.cymru/canllawiau-ar-gyfer-rheoli-heintiau-anadlol-aciwt-mewn-gofal-cymdeithasol-o-aeaf-2023-i-2024-ymlaen** i weld y fersiwn ddiweddaraf.

Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Pan nad oes heintiau anadlol mewn cartrefi gofal i oedolion neu yng nghartrefi pobl sy'n derbyn gofal cartref

Profion i staff a phreswylwyr

Nid argymhellir profi staff na phreswylwyr heb symptomau.

Mae manylion pellach i'w cael yn: **Cyngor i staff iechyd a gofal ar feirysau anadlol gan gynnwys COVID-19: canllawiau | LLYW.CYMRU**.

Gofynion PPE:

Dylai PPE fodloni gofynion **Llawlyfr Atal a Rheoli Heintiau Cenedlaethol Cymru**, sy'n nodi defnyddio Rhagofalon Safonol Atal a Rheoli Heintiau (SICPs). Mae hefyd yn trafod rhoi Rhagofalon ar Sail Trosglwyddo (TBPs) ar waith.

Dylai staff wisgo menig a ffedogau wrth ddarparu gofal personol agos. Dylai staff wisgo amddiffyniad llygaid/wyneb os bydd halogiad gwaed a/neu hylif y corff i'r llygaid/wyneb yn cael ei rag-weld neu'n debygol.

Mae'r **cyngor presennol ar PPE ar gael ar wefan Iechyd Cyhoeddus Cymru**.

Nid yw'n ofynnol i breswylwyr cartrefi gofal na'r rhai sy'n derbyn gofal cartref wisgo masg.

Ymweld â chartrefi gofal

Pan nad oes brigiad o achosion yn y cartref gofal, dylai ymwelwyr gael eu

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/canllawiau-ar-gyfer-rheoli-heintiau-anadlol-aciwt-mewn-gofal-cymdeithasol-o-aeaf-2023-i-2024-ymlaen** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

croesawu, eu hannog a’u galluogi i ymweld. Dylai trefniadau ymweld fod mor agored a hyblyg â phosibl. Er y gallai ymwelwyr gael cynnig PPE, nid yw'n ofynnol iddynt wisgo masg oni bai eu bod yn dewis gwneud hynny.

Gofynnir i bobl beidio ag ymweld â chartref gofal:

- os oes ganddynt symptomau haint anadlol gan gynnwys COVID-19
- os oes ganddynt dymheredd uchel
- os nad ydynt yn teimlo'n ddigon da i fynd i'r gwaith
- os oes rhywun yn eu cartref wedi cael canlyniad positif hysbys yn ystod y 10 diwrnod diwethaf

Symptomau haint anadlol acíwt mewn un unigolyn mewn cartref gofal neu yng nghartref rhywun sy'n derbyn gofal cartref

Profion i staff a phreswylwyr

Dylid profi pobl sydd â symptomau os ydynt yn gymwys i gael triniaethau gwrthfeirol. Y bwrdd iechyd fydd yn trefnu'r prawf hwn ar y cyd â’r Tîm Diogelu Iechyd.

Fel rheol, nid argymhellir profi staff iechyd a gofal cymdeithasol sydd â symptomau (oni bai eu bod yn bersonol agored i niwed ac y byddai triniaeth wrthfeirol yn briodol). Dylid atal staff sydd â symptomau o’u gwaith yn seiliedig ar eu symptomau a dilyn canllawiau **Cyngor i staff iechyd a gofal ar feirysau anadlol gan gynnwys COVID-19: canllawiau | LLYW.CYMRU**. Gellir defnyddio profion yn rhan o reoli achosion lluosog penodol.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/canllawiau-ar-gyfer-rheoli-heintiau-anadlol-aciwt-mewn-gofal-cymdeithasol-o-aeaf-2023-i-2024-ymlaen** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Ynysu

Mewn cartrefi gofal, dylid ynysu pobl sydd â symptomau pan fo hynny'n bosibl nes bydd y symptomau wedi gwella.

Pan fo pobl sydd wedi cael canlyniad prawf COVID-19 positif, dylai'r cyfnod ynysu fod am o leiaf 5 diwrnod. Dylid dod â'r cyfnod i ben pan fo'r unigolyn yn well a heb wres am 48 awr (uchafswm o ynysu am 10 diwrnod os nad oes gan yr unigolyn imiwnedd gwan).

Dylid arfer disgresiwn lleol o ran penderfynu estyn cyfnodau ynysu neu brofi er mwyn dod â chyfnodau ynysu y rhai sydd ag imiwnedd gwan i ben.

Gofynion PPE

Dylai PPE a ddefnyddir fodloni gofynion **Llawlyfr Atal a Rheoli Heintiau Cenedlaethol Cymru**, sy'n nodi defnyddio Rhagofalon Safonol Rheoli Heintiau (SICPs). Mae hefyd yn trafod y Rhagofalon ar Sail Trosglwyddo (TBPs).

Dylai staff wisgo menig, ffedogau a masgiau llawfeddygol sy'n gwrthsefyll hylif wrth ddarparu gofal personol agos i'r person. Dylai staff wisgo amddiffyniad llygaid/wyneb os bydd halogiad gwaed a/neu hylif y corff i'r llygaid/wyneb yn cael ei rag-weld neu'n debygol.

Dylai'r holl staff wisgo masg llawfeddygol sy'n gwrthsefyll hylif os ydynt o fewn dau fetr i'r unigolyn â symptomau.

Mewn cartref gofal, dylai'r person â symptomau gael ei ynysu a'i gynorthwyo i wisgo masg wyneb pan fydd pobl eraill yn yr ystafell, os yw'n bosibl.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/canllawiau-ar-gyfer-rheoli-heintiau-anadlol-aciwt-mewn-gofal-cymdeithasol-o-aeaf-2023-i-2024-ymlaen** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Nid yw'n ofynnol i breswylwyr na staff heb symptomau a allai fod wedi bod mewn cysylltiad â'r unigolyn â symptomau wisgo masg.

Ymweld â chartrefi gofal:

Pan nad oes brigiad o achosion yn y cartref gofal, dylai ymwelwyr gael eu croesawu, eu hannog a’u galluogi i ymweld. Dylai trefniadau ymweld fod mor agored a hyblyg â phosibl. Er y gallai ymwelwyr gael cynnig PPE, nid yw'n ofynnol iddynt wisgo masg oni bai eu bod yn dewis gwneud hynny.

Gofynnir i bobl beidio ag ymweld â chartref gofal:

- os oes ganddynt symptomau haint anadlol gan gynnwys COVID-19
- os oes ganddynt wres uchel
- os nad ydynt yn teimlo'n ddigon da i fynd i’r gwaith
- os oes rhywun yn eu cartref wedi cael canlyniad positif hysbys yn ystod y 10 diwrnod diwethaf

Dylech annog ymwelwyr sy'n darparu gofal uniongyrchol i ddefnyddio gorchudd wyneb os ydynt o fewn dau fetr i breswylydd sydd â haint anadlol posibl neu haint anadlol wedi’i gadarnhau. Fodd bynnag, nid yw'n ofynnol iddynt wisgo masg wyneb oni bai eu bod yn dewis gwneud hynny.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/canllawiau-ar-gyfer-rheoli-heintiau-anadlol-aciwt-mewn-gofal-cymdeithasol-o-aeaf-2023-i-2024-ymlaen** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Pan fo dau neu ragor o unigolion mewn cartref gofal wedi datblygu symptomau haint anadlol acíwt

Profion i staff a phreswylwyr

Dylid profi pobl sydd â symptomau os ydynt yn gymwys i gael triniaethau gwrthfeirol. Y bwrdd iechyd fydd yn trefnu'r prawf hwn ar y cyd â'r Tîm Diogelu Iechyd.

Fel rheol, nid argymhellir profi staff iechyd a gofal cymdeithasol sydd â symptomau (oni bai eu bod yn bersonol agored i niwed ac y byddai triniaeth wrthfeirol yn briodol). Dylid atal staff sydd â symptomau o'u gwaith yn seiliedig ar eu symptomau a dilyn canllawiau **Cyngor i staff iechyd a gofal ar feirysau anadlol gan gynnwys COVID-19: canllawiau | LLYW.CYMRU**. Gellir defnyddio profion yn rhan o reoli achosion lluosog penodol.

Gellir defnyddio profion yn rhan o atal a rheoli heintiau/ffrydio er mwyn rheoli achosion lluosog a brigiadau o achosion.

Pan fo dau berson neu ragor â symptomau, dylid eu profi â phrawf PCR amlddadansoddiad i sefydlu pa feirws sy'n mynd ar led. Dylid trefnu hyn drwy'r bwrdd iechyd lleol.

Ynysu:

Mewn cartrefi gofal, dylid ynysu pobl sydd â symptomau neu eu carfannu â'i gilydd pan fo hynny'n bosibl nes bydd y symptomau wedi gwella.

Pan fo pobl sydd wedi cael canlyniad prawf COVID-19 positif, dylai'r cyfnod

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/canllawiau-ar-gyfer-rheoli-heintiau-anadlol-aciwt-mewn-gofal-cymdeithasol-o-aeaf-2023-i-2024-ymlaen** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

ynysu/carfannu fod am o leiaf 5 diwrnod a dylid dod â'r cyfnod i ben pan fyddant yn well a heb wres am 48 awr (uchafswm o ynysu am 10 diwrnod os nad oes gan yr unigolion imiwnedd gwan).

Dylid arfer disgresiwn lleol o ran penderfynu estyn cyfnodau ynysu neu brofi er mwyn dod â chyfnod ynysu y rhai sydd ag imiwnedd gwan i ben.

Gofynion PPE

Dylai PPE a ddefnyddir fodloni gofynion **Llawlyfr Atal Heintiau Cenedlaethol Cymru**, sy'n disgrifio defnyddio Rhagofalon Safonol Atal a Rheoli Heintiau (SICPs).

Wrth ddarparu gofal personol agos i bobl â symptomau, dylech wisgo:

- menig
- ffedogau
- masgiau llawfeddygol sy'n gwrthsefyll hylif

Dylech wisgo amddiffyniad llygaid/wyneb os bydd halogiad gwaed a/neu hylif y corff i'r llygaid/wyneb yn cael ei rag-weld neu'n debygol.

Dylai'r holl staff wisgo masgiau llawfeddygol sy'n gwrthsefyll hylif pan fydd trosglwyddiad clwstwr hysbys o haint anadlol neu glwstwr a amheuir.

Nid yw'n ofynnol i breswylwyr heb symptomau wisgo masg wyneb, ond efallai y byddant yn dewis gwneud hynny drwy ddewis personol. Er hynny, mewn rhai lleoliadau pan fo pobl yn wynebu risg uchel o gael eu heintio am fod ganddynt imiwnedd gwan, gellid annog pobl nad ydynt yn heintus i wisgo masg wyneb.

Dylid cynorthwyo pobl sy'n ynysu/wedi'u carfannu i wisgo masg wyneb pan fydd pobl eraill yn yr ystafell, os yw'n bosibl.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/canllawiau-ar-gyfer-rheoli-heintiau-anadlol-aciwt-mewn-gofal-cymdeithasol-o-aeaf-2023-i-2024-ymlaen** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

Ymweld â chartrefi gofal:

Dylai trefniadau ymweld barhau i fod mor agored a hyblyg â phosibl yn ystod brigiad o achosion/achos lluosog. Dylech barhau i hwyluso ymweliadau. Dim ond ar ôl cynnal asesiad risg y dylech weithredu cyfyngiadau o ran ymweld. Fan leiaf, caiff ymwelwyr hanfodol barhau i ymweld yn ystod brigiad o achosion/ achos lluosog.

Caiff preswylwyr enwebu dau ymwelydd hanfodol. Mae hyn er mwyn rhoi mwy o hyblygrwydd heb gynyddu nifer yr ymwelwyr â'r cartref yn sylweddol yn ystod brigiad o achosion. Cânt ymweld ar wahân neu ar yr un pryd.

Er y gallai ymwelwyr gael cynnig PPE nid yw'n ofynnol iddynt wisgo masg oni bai eu bod yn dewis gwneud hynny.

Gofynnir i bobl beidio ag ymweld â chartref gofal:

- os oes ganddynt symptomau haint anadlol gan gynnwys COVID-19
- os oes ganddynt wres uchel
- os nad ydynt yn teimlo'n ddigon da i fynd i'r gwaith
- os oes rhywun yn eu cartref wedi cael canlyniad positif hysbys yn ystod y 10 diwrnod diwethaf

Datgan brigiad o achosion:

Dylid datgan achos lluosog/brigiad o achosion os daw dau neu ragor o achosion o haint anadlol i'r amlwg ymhlith cleifion neu staff o fewn lleoliad penodol lle yr amheuir:

- haint nosocomiaidd

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/canllawiau-ar-gyfer-rheoli-heintiau-anadlol-aciwt-mewn-gofal-cymdeithasol-o-aeaf-2023-i-2024-ymlaen** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.

- trosglwyddo parhaus

Mae gwybodaeth bellach am adrodd am achosion ar gael ar dudalen **Iechyd Cyhoeddus Cymru ar heintiau mewn lleoliadau gofal a preswyl**. Gweler hefyd adran 5 o **dudalen Iechyd Cyhoeddus Cymru ar atal a rheoli heintiau**.

Er mwyn gallu datgan bod brigiadau o achosion wedi dod i ben, ni ellir cael unrhyw achosion newydd symptomatig neu achosion o COVID-19 wedi'u cadarnhau sy'n gysylltiedig â'r brigiad o achosion am gyfnod o 14 o ddiwrnodau.

Derbyniadau newydd i gartrefi gofal

Ar hyn o bryd, nid argymhellir profi cleifion cyn eu derbyn i gartrefi gofal gan fod y risg o gyflwyno COVID-19 i leoliadau o'r fath wedi'i lleihau'n sylweddol yn sgil cyfraddau imiwneiddio uchel.

Efallai na fydd y ddogfen hon yn hollol hygyrch.
Drllenwch ein **datganiad hygyrchedd** i gael rhagor o wybodaeth.

Cafodd y ddogfen hon ei lawrlwytho o LLYW.CYMRU, efallai nad dyma'r fersiwn mwyaf diweddar.
Ewch i **https://www.llyw.cymru/canllawiau-ar-gyfer-rheoli-heintiau-anadlol-aciwt-mewn-gofal-cymdeithasol-o-aeaf-2023-i-2024-ymlaen** i weld y fersiwn ddiweddaraf.
Gwybodaeth am **hawlfraint**.