



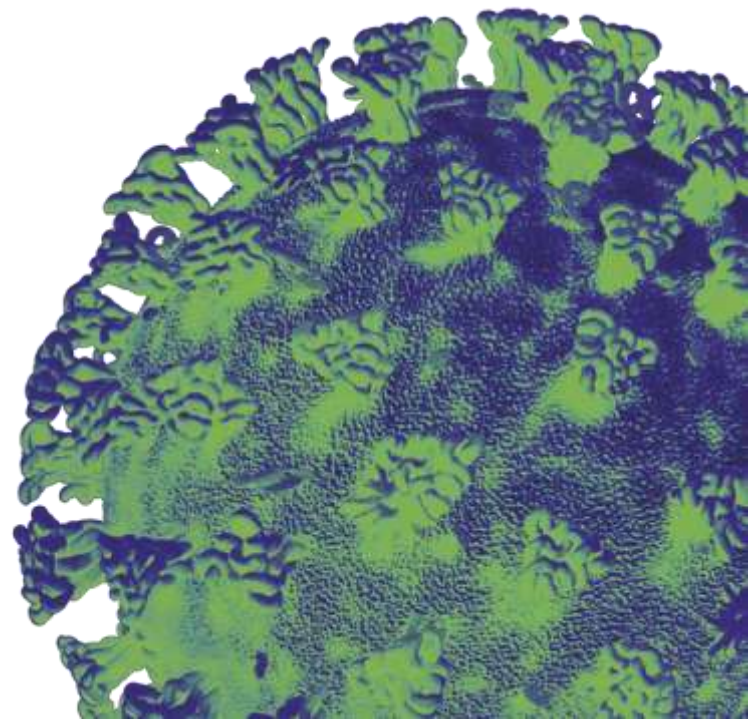
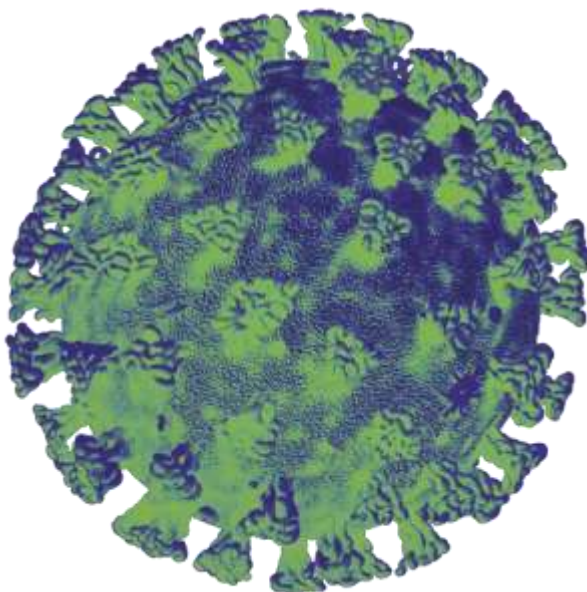
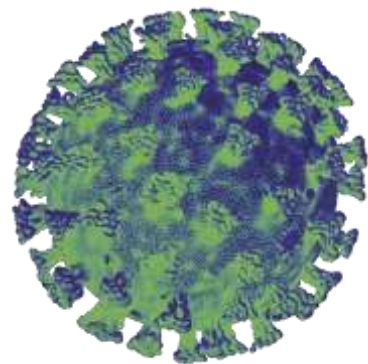
Llywodraeth Cymru  
Welsh Government

# Y Grŵp Cyngori Technegol

## Y Cyngor Diweddaraf ar Orchuddion

### Wyneb

11 Awst 2020





## Y Grŵp Cyngori Technegol – Y Cyngor Diweddaraf ar Orchuddion Wyneb

- Rhoddodd y Grŵp Cyngori Technegol gyngor ar ddefnyddio gorchuddion wyneb ar 9 Mehefin 2020. <https://llyw.cymru/y-gell-cyngor-technegol-defnyddio-gorchuddion-wyneb-yng-nghyd-destun-covid-19>
- Mae'r posibilrwydd o SARS-CoV-2 yn cael ei drosglwyddo mewn aerosol (y tu allan i weithdrefnau sy'n cynhyrchu aerosol ym maes gofal iechyd) wedi cael ei gydnabod yn ffurfiol [gan Sefydliad Iechyd y Byd](#), ac o ganlyniad mae diddordeb yn y feirws yn cael ei drosglwyddo yn yr aer wedi cynyddu<sup>1</sup>.
- Yn dilyn rhagor o ddiddordeb mewn defnyddio gorchuddion wyneb gan y cyhoedd ac ym maes llunio polisiâu, cynhaliodd y Grŵp Cyngori drafodaethau eraill ar 17, 22 a 31 Gorffennaf a 7 Awst. Yn ogystal, mae papur gan Grŵp Modelu Amgylcheddol y Grŵp Cyngori Gwyddonol ar Argyfyngau (SAGE) ar 23 Gorffennaf ac adolygiad cyflym arall o dystiolaeth gan Dechnoleg Iechyd Cymru wedi rhoi rhagor o wybodaeth i'r Grŵp, ac mae hyn wedi arwain at yr angen i ystyried diweddarau'r cyngor presennol.
- Mae'r Grŵp Cyngori ar Fygythiadau Feirysau Anadlol Newydd a Datblygol (NERVTAG) a'r Grŵp Modelu Amgylcheddol eisoes wedi cydnabod y posibilrwydd o SARS-CoV-2 yn cael ei drosglwyddo mewn aerosol. Gall y feirws gael ei drosglwyddo mewn aerosol pan fydd mân aerosolau anadlol (diamedr <math><10\ \mu\text{m}</math>) sy'n cynnwys y feirws yn parhau i fod yn yr aer ac yn cael eu hanadlu gan rywun arall. Mae'n fwyaf tebygol y bydd hyn yn digwydd pan fydd pobl yn agos at ei gilydd (o fewn dau fetr), er bod rhywfaint o dystiolaeth sy'n awgrymu y gallai hyn ddigwydd o dan do fwy na dau fetr oddi wrth rywun sydd â'r haint. Credir y gall SARS-CoV-2 fyw yn yr aer os bydd yr amodau'n caniatáu hynny, ac mae'r risg y bydd yn cael ei drosglwyddo drwy'r aer ar ei huchaf pan fydd pobl yn yr un ystafell ac yn y manau cyfagos agosaf<sup>2</sup>. Mae dadansoddiadau diweddar o ddata o long

<sup>1</sup> <https://www.who.int/publications/i/item/modes-of-transmission-of-virus-causing-covid-19-implications-for-ipc-precaution-recommendations>

<sup>2</sup> [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/907587/s0643-nervtag-emg-role-aerosol-transmission-covid-19-sage-48.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/907587/s0643-nervtag-emg-role-aerosol-transmission-covid-19-sage-48.pdf)

fordeithio'r Diamond Princess yn cadarnhau'r posibilrwydd hwn, er bod rhaid cydnabod amgylchedd adeiledig unigryw llong o'r fath<sup>3</sup>.

- Mae'r [papur](#) diweddaraf gan y Grŵp Modelu Amgylcheddol/NERVTAG yn awgrymu ei bod yn debygol bod gorchuddion wyneb lliain yn cynnig rhai manteision wrth leihau'r risg o drosglwyddo'r feirws mewn aerosol. Bydd gorchuddion wyneb yn rhwystro defnyddiau anadlol a mân aerosolau sy'n cludo'r feirws i'r aer oddi wrth rywun sydd â'r haint rhag cael eu gwasgaru. Maent hefyd yn amddiffyn yr unigolyn sy'n gwisgo'r gorchudd rhag defnyddiau, ond nid ydynt yn amddiffyn cystal rhag mân aerosolau.
- Mae ymchwilyr yn credu ei bod yn bosibl bod defnyddiau ac aerosolau sy'n cael eu cynhyrchu gan allanadliadau araf ac allanadliadau ffrwydrol gan bobl sydd wedi eu heintio â SARS-CoV-2 yn gyfrifol am drosglwyddo COVID-19 drwy'r aer. Fodd bynnag, dylid cynnal rhagor o ymchwil er mwyn deall ymddygiad defnyddiau ac aerosolau sy'n llawn feirysau mewn lleoliadau amgylcheddol gwahanol, yn enwedig manau cyfyngedig, er mwyn deall yn llawn y ffordd mae COVID-19 yn cael ei drosglwyddo yn yr amgylchedd adeiledig<sup>4</sup>.
- Mae Technoleg Iechyd Cymru hefyd wedi cyhoeddi ei adolygiad cyflym o orchuddion wyneb ar 8 Mehefin 2020, ac mae hwn bellach wedi cael ei [gyhoeddi](#). Mae'r crynodeb wedi'i ddiweddarau'n nodi y bu llai o ymchwil i effeithiolrwydd gorchuddion wyneb wrth atal y feirws yn y tarddiad mewn unigolion nad oes ganddynt symptomau. Mae astudiaethau ôl-weithredol yn awgrymu y gallai defnyddio gorchuddion wyneb rwystro COVID-19 rhag cael ei drosglwyddo, ond mae dibynadwyedd y canfyddiadau hyn yn isel iawn ac nid oeddent yn nodi pa fath o orchudd a gafodd ei ddefnyddio.
- Roedd cwmpas yr adolygiad gan Dechnoleg Iechyd Cymru yn canolbwyntio ar dystiolaeth o astudiaethau traddodiadol/adolygiadau systematig. Ochr yn ochr â hyn trafododd y Grŵp Cyngori y dystiolaeth sy'n dod i'r amlwg drwy brofiadau rhyngwladol o reoli COVID-19 yn y gymuned. Unwaith eto, mae'r dystiolaeth hon yn amrywio, ond mae nifer o wledydd datblygedig wedi gwneud gwisgo gorchudd

<sup>3</sup> <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.07.13.20153049v1>

<sup>4</sup> <https://doi.org/10.1016/j.envres.2020.109819>

wyneb yn orfodol mewn gwahanol leoliadau. Cafodd tystiolaeth o astudiaethau arsylwadol ac astudiaethau sy'n edrych ar fecanweithiau datguddio damcaniaethol ei hystyried hefyd, yn ogystal â'r potensial ar gyfer cydfantoli risg, sef tueddiad pobl i addasu eu hymddygiad yn unol â lefel ganfyddedig y risg. Er i astudiaethau sy'n gysylltiedig ag ymyriadau iechyd y cyhoedd gael eu nodi, cydnabuwyd nad oes unrhyw dystiolaeth ar hyn o bryd mewn perthynas â chydfantoli risg a gorchuddion wyneb.

- Mae'n annhebygol bod amddiffynwyr wyneb/feisorau yn ffordd effeithiol o atal y feirws rhag cael ei drosglwyddo mewn aerosol. Mae amddiffynwyr wyneb yn amddiffyn y rhai sy'n eu gwisgo rhag defnynnau mawr, gan gynnwys rhag cael eu heintio drwy'r llygaid. Fodd bynnag, mae'n annhebyg eu bod yn effeithiol wrth amddiffyn rhag mân aerosolau. Nid oes tystiolaeth bod amddiffynwyr wyneb/feisorau yn effeithiol wrth atal naill ai ddefnynnau mawr neu fân aerosolau yn y tarddiad.
- Mae'r Grŵp Cyngori o blaid defnyddio gorchuddion wyneb yn ehangach mewn rhai amgylchiadau (er enghraifft, pan fydd nifer yr achosion mewn cymuned yn cynyddu neu pan fydd achosion lleol o'r feirws), gan gydnabod hefyd fod cwestiynau heb eu hateb ynghylch y cydbwysedd rhwng y manteision a'r anfanteision.
- Mae rhai aelodau o'r Grŵp o blaid gwneud gorchuddion wyneb yn orfodol mewn lleoliadau o dan do (megis siopau) fel mesur rhagofalus, ac i liniaru'r canfyddiad bod yr angen i gadw pellter cymdeithasol wedi cael ei lacio a rhagor o ryngweithio gan y cyhoedd, yn ogystal ag i atal y feirws rhag cael ei drosglwyddo gan bobl nad oes ganddynt symptomau.
- Yn absenoldeb consensws gwyddonol, a chan weithredu ar yr 'egwyddor ragofalus', dadleuir bod digon o dystiolaeth i awgrymu manteision posibl, os nad tebygol, a bod yr anfanteision naill ai'n fach iawn neu'n annhebygol<sup>5</sup>.
- Trafododd y Grŵp fanteision amddiffyn y rheini mewn swyddi cyswllt uwch drwy wisgo gorchuddion wyneb yn ehangach (e.e. er mwyn diogelu gweithwyr siop).

---

<sup>5</sup> <https://www.bmj.com/content/369/bmj.m1435>

- Trafododd y Grŵp fanteision gwneud gwisgo gorchuddion wyneb yn orfodol lle mae tystiolaeth ei bod yn debygol y bydd y feirws yn cael ei drosglwyddo yn y gymuned neu lle mae cadw pellter cymdeithasol yn anodd.
- Trafododd y Grŵp bwysigrwydd polisi wedi'i deilwra i grŵp a lleoliad poblogaeth wrth bennu esemptiadau (e.e. plant ac ysgolion).
- Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi adrodd am gynnydd yn y defnydd o orchuddion wyneb a derbynioddeb gwneud hynny yn eu harolygon (wedi'i gadarnhau gan ddata o arolygon Ipsos MORI a chan yr ONS ar lefel y DU gyfan).
- Er bod data o arolygon yn dangos lefelau uchel o ymddygiad amddiffynol megis cadw pellter cymdeithasol a hylendid dwylo, trafododd y Grŵp Cyngori Technegol bwysigrwydd atgyfnerthu'r **ymddygiadau amddiffynol allweddol, sef hylendid dwylo, osgoi cyffwrdd â'r llygaid, y trwyn a'r geg, cadw pellter cymdeithasol priodol a hunanynysu/cael prawf os oes gan rywun symptomau.**
- Cytunwyd na fyddai gorchuddion wyneb ond yn rhan o'r ymdrechion ehangach i atal y feirws rhag cael ei drosglwyddo.
- Mae perygl y bydd safbwyntiau gwahanol rhwng y pedair gwlad mewn perthynas â gorchuddion wyneb yn arwain at ddryswch a negeseuon cymysg ymhlith y cyhoedd. Fodd bynnag, cydnabyddir bod penderfyniadau polisi'n gymhleth, fel y mae'r dystiolaeth wyddonol sy'n gysylltiedig â gorchuddion wyneb.

### **Argymhellion**

- Mae'n hanfodol bod unrhyw bolisiau newydd ar orchuddion wyneb sy'n cael eu cyflwyno'n cael eu hategu gan negeseuon clir am risg, gan gynnwys: **pwyslais ar bwysigrwydd hanfodol dilyn y cyngor presennol ar ymddygiadau amddiffynol (h.y. hylendid dwylo, cadw pellter cymdeithasol a chael prawf/hunanynysu os oes gan rywun symptomau) i atal y feirws rhag cael ei drosglwyddo**; y ffaith bod y polisi yn ymwneud yn benodol â gorchuddion wyneb i'w defnyddio yn y gymuned, nid cyfarpar diogelu personol; sut i waredu ar

orchuddion wyneb yn ddiogel; y risg o groes-halogi, ac o ganlyniad yr angen am hylendid dwylo ac osgoi cyffwrdd â'r wyneb; eglurder ynghylch y sail resymegol, h.y. budd y cyhoedd, rhan o ymateb ar y cyd i atal y feirws rhag lledaenu i eraill (ac yn y pen draw eich hun); a chyngor clir ar esemptiadau (e.e. plant a'r rheini sydd â rhai cyflyrau iechyd corfforol a meddyliol).

- Gwyddys bellach fod SARS-CoV-2 yn cael ei drosglwyddo gan bobl sydd â'r feirws nad oes ganddynt symptomau a phobl nad ydynt wedi dangos symptomau. Felly, mae'n bosibl y bydd pobl nad oes ganddynt symptomau ond sy'n heintus i bobl eraill mewn mannau cyhoeddus. Am y rheswm hwn, cynghorir gwisgo gorchuddion wyneb mewn lleoliadau dan do, yn ogystal â sicrhau awyru da, cadw pellter cymdeithasol a hylendid dwylo i atal y feirws rhag gael ei drosglwyddo. Bydd gwisgo gorchuddion wyneb yn arbennig o bwysig mewn amgylcheddau o dan do sydd ag awyru gwael, neu pan fydd niferoedd uchel o bobl yn ymgynnull, er mwyn atal y risg o ddigwyddiadau lle mae'r feirws yn lledaenu'n rhemp.
- Cynghorir gwneud gorchuddion wyneb yn orfodol mewn rhai amgylchiadau e.e. lle mae tystiolaeth bod y feirws yn cael ei drosglwyddo yn gyson neu'n gynyddol o fewn cymuned. O dan amgylchiadau o'r fath, nid yw argymell gwisgo gorchuddion wyneb ar ei ben ei hun, neu ddweud bod eu gwisgo'n wirfoddol, yn debygol o annog pobl i wneud hynny, a bydd felly yn llai effeithiol wrth atal y feirws rhag cael ei drosglwyddo. Os gwneir gwisgo gorchuddion wyneb yn orfodol mewn ardaloedd lle mae tystiolaeth bod y feirws yn cael ei drosglwyddo'n gyson, yna byddai angen ystyried ymhellach drothwyon neu lefelau risg penodol ar gyfer gwneud hynny, gyda'r cyhoedd yn cael ei hysbysu am y penderfyniadau mewn modd tryloyw.
- Ni fu consensws ynghylch gwneud gwisgo masgiau wyneb yn orfodol mewn lleoliadau dan do, fel y mae Lloegr a'r Alban wedi gwneud. Fodd bynnag, bu dadleuon cryf dros wneud gorchuddion wyneb yn orfodol ynghynt (fel sicrhau neges gyson), a dadleuon yn erbyn gwneud hynny (fel diffyg tystiolaeth wyddonol).
- Lle nad yw tystiolaeth yn ategu'r gofyniad hwn neu lle mae anawsterau eraill, bydd angen gwneud esemptiadau. Mae'n debyg y byddai'r rhain yn cynnwys plant (o

dan 11 mlwydd oed), y rheini â rhai cyflyrau iechyd corfforol a meddyliol a lleoliadau allweddol megis ysgolion<sup>6</sup> (gan gynnwys trafndiaeth ysgol<sup>7</sup>) a bwytai.

- Yn ogystal, dylid ystyried ymhellach orchuddion wyneb (neu fasgiau wyneb) ar gyfer rhai pobl mewn sefyllfaoedd sy'n gysylltiedig â risg uwch (e.e. o ganlyniad i gyflyrau iechyd isorweddol).
- Dylai'r wybodaeth a rennir hefyd ei gwneud yn glir y bydd y cyngor ar ddefnyddio gorchuddion wyneb yn newid wrth i natur y pandemig ddatblygu, ac wrth i'r dystiolaeth ddod i'r amlwg â chael ei chyd-gynhyrchu a'i phrofi gyda'r cyhoedd. Dylid cydnabod y rhannau o'r dystiolaeth sy'n ansicr, yn ogystal â'r gwahaniaethau yn y ffordd mae Cymru a mannau eraill y DU yn ymdrin â'r sefyllfa, yn ôl yr angen, fel bod pobl yn glir ynghylch yr hyn a ddisgwylir ganddynt a'r rhesymau dros y gwahaniaethau.
- Mae hefyd amrediad o faterion sy'n gysylltiedig â thegwch ac chydraddoldeb i'w hystyried, gan gynnwys y rheini sydd ag anghenion arbennig (e.e. y gallu i ddarllen gwefusau ar gyfer pobl sydd â nam ar y clyw a phlant ifanc yn benodol), a'r rheini y bydd gorfod prynu gorchuddion wyneb yn cael effaith ariannol anghymesur arnynt (e.e. y rheini ar incwm is). Mae angen sicrhau nad yw ein hymyriadau yn arwain at anghydraddoldebau, a cheisio diogelu'r rhai yn ein cymdeithas sydd fwyaf agored i niwed.
- Yn hollbwysig, dylai'r Grŵp Cyngori Technegol barhau i adolygu tystiolaeth newydd wrth iddi ddod i'r amlwg, ynghyd â'r cyngor mae'n ei ddarparu. Yn ogystal, dylai'r Is-grŵp ar Hysbysu am Risg a Deall Ymddygiad barhau i ystyried y dystiolaeth mewn perthynas â gorchuddion wyneb ac ymddygiad a rhoi cyngor ar hysbysu am risg fel sy'n briodol.

## Lleoliadau

- Mae'n debygol y bydd penderfyniadau polisi ynghylch argymell neu orfodi gwisgo gorchuddion wyneb mewn mannau cyhoeddus (h.y. nid cyfarpar diogelu personol)

---

<sup>6</sup> <https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/children-and-school-settings-covid-19-transmission>

<sup>7</sup> Gweler y canllawiau ar wahân ar drafndiaeth ysgol a baratowyd gan Is-grŵp y Grŵp Cyngori Technegol ar Blant ac Addysg



yn dibynnu ar lefel yr achosion o COVID-19 ar y pryd a lleoliadau lle nad yw cadw pellter cymdeithasol yn bosibl, faint o amser mae pobl yn ei dreulio yn yr amgylchedd, lleoliadau nad ydynt yn ddiogel o ran COVID-19, manau lle mae pobl yn gwneud swyddi cyswllt uchel neu lle yr ystyrir ei bod yn fwy tebygol y bydd y feirws yn cael ei drosglwyddo.

- Dylai cyngor cyfreithiol ar gysondeb penderfyniadau ynghylch gwneud gorchuddion wyneb yn orfodol mewn gwahanol leoliadau gael ei gynnwys yn y penderfyniadau polisi.
- I raddau llai neu fwy gallai lleoliadau gynnwys:

#### Trafnidiaeth

- Ar dtrafnidiaeth gyhoeddus (gan gynnwys tacsis a cherbydau hurio preifat) ac mewn gorsafoedd ar gyfer pawb dros 11 mlwydd oed (**eisoes wedi'i wneud yn orfodol**)
- Wrth deithio mewn car gyda rhywun o aelwyd arall

#### Addysg a'r gweithle

- Lleoliadau addysg bellach ac addysg uwch
- Yn y gwaith, os nad ydych yn cadw pellter o ddau fetr oddi wrth gydweithwyr.

#### Iechyd a gofal cymdeithasol

- Mewn lleoliadau gofal sylfaenol
- Mewn ysbytai
- Mewn cyfleusterau gofal eraill, gan gynnwys lleoliadau yn y gymuned, lleoliadau preswyl a chartrefi

#### Manwerthu a hamdden

- Mewn tafarnau a bwytai, pan nad ydych yn eistedd wrth eich bwrdd

- Cwsmeriaid a staff mewn siopau trin gwallt a salonau harddwch
- Mewn rhai proffesiynau cyswllt uchel megis gweithredwyr stondin marchnad, gweinyddion, gyrrwyr tacsis ac ati
- Gweithwyr mewn swyddi sy'n mynd i'r cartref (e.e. plymwyr, syrfewyr, glanhawyr)
- Mewn siopau a chanolfannau siopa
- Mewn sinemâu, theatrau, neuaddau cyngerdd, neuaddau cynhadledd, amgueddfeydd, llyfrgelloedd, casinos ac arcedau
- Mewn cyfleusterau chwaraeon o dan do (pan nad ydych yn gwneud ymarfer corff), gan gynnwys mewn ystafelloedd newid

#### Mannau cyhoeddus eraill

- Mewn manau addoli
  - Canolfannau cymunedol (e.e. lle mae'n bosibl y bydd Brownis, Geidiaid, Sgowtiaid ac ati yn cwrdd)
  - Yn y rhannau o adeiladau cyfiawnder sy'n agored i'r cyhoedd (e.e. gorsafoedd heddlu)
- 
- Bydd trafodaethau â'r cyhoedd ynghylch pryd a lle y dylid gwisgo gorchuddion wyneb yng Nghymru yn helpu i ategu cydymffurfio ac osgoi gwrthdaro (fel y gwelwyd mewn manau eraill). Dylid cynnal y trafodaethau hyn ar y cyd a chyn gynted ag y bo modd i baratoi pobl a chynyddu dealltwriaeth cymaint â phosibl.
  - Mae'n bosibl y byddai asesiad risg cyhoeddus strwythuredig yn helpu pobl i ddeall risgiau cymharol yn ogystal ag anfanteision gwisgo gorchuddion wyneb mewn lleoliadau gwahanol, a pham mae angen neu pam nad oes angen gwisgo masg. Mae'n bosibl y byddai asesiad o'r fath yn helpu i nodi pryd nad oes angen masgiau bellach, os cytunwyd ar eu gwneud yn orfodol mewn rhai sefyllfaoedd.