

# Cyfarwyddyd ar Reoli Heintiau mewn Ysgolion Gwynedd (Chwefror 2012)

Os oes angen cyngor ar ysgol yn **Gwynedd** ar gyfnodau gwahardd / clefydau trosglwyddadwy, dylid dilyn y camau canlynol

1. Yn y lle cyntaf, dylai ysgol gyfeirio at y wybodaeth isod sy'n berthnasol i ddisgyblion a staff
  2. Os oes gofyn cael gwybodaeth bellach am salwch a chyfnod gwahardd, dylai ysgol gysylltu â'r Tîm Diogelu Iechyd, Iechyd Cyhoeddus Cymru yn yr Wyddgrug: 01352 803234. Yna, dylai'r ysgol hysbysu'r Nyrs Ysgol.
  3. Os yw ysgol yn sylwi ar gyfradd absenoldeb uwch na'r arfer, dylai roi gwybod i'r Tîm Diogelu Iechyd – 01352 803234.
- Mewn achosion o salwch sy'n cynnwys staff yr ysgol, dylai'r ysgol gysylltu â Swyddog Gorfodaeth Diogelwch Bwyd Gwynedd– 01286 682 728
4. Lle ceir achosion lleol/cenedlaethol o salwch, bydd yr ysgol yn cael gwybodaeth a chyngor am unrhyw gamau y mae angen iddynt eu cymryd.

## Arfer Da o ran Hylendid

Am gyfarwyddyd ar arferion hylendid da mewn perthynas â hylendid dwylo, hylendid toiled, dillad a ffabrigau, ymweliadau â ffermydd ac ati, dylai ysgolion gyfeirio at ddogfen 2006 Llywodraeth Cymru sef 'Dysgwch Wers i Germau' a dylai lleoliadau gofal plant gyfeirio at 'Gwylwch y Germau.'

Brechau a heintiau croen	Dylid aros i fwrdd o'r ysgol, meithrinfa neu warchodwr plant am gyfnod o:	Sylwadau
Tarwden y traed (Athlete's foot)	Dim	Nid yw tarwden y troed yn gyflwr difrifol. Argymhellir triniaeth
Brech yr ieir	Pum niwrnod o ddechrau'r frech	<i>GWELER: Plant sy'n Agored i Niwed a Staff Beichiog</i>
Doluriau annwyd, (Herpes simplex)	Dim	Osgoi cusanu a chysylltiad â'r doluriau. Nid yw doluriau annwyd yn ddifrifol ar y cyfan ac maent yn hunangyfyngol.
Brech goch yr Almaen (rwabela)	Chwe diwrnod o ddechrau'r frech	Mae modd ei hatal drwy imiwneiddio (MMR x 2 ddos). <i>GWELER: Staff Beichiog</i>
Llaw, traed a'r geg	Dim	Cysylltwch â'ch Tîm Diogelu Iechyd lleol os effeithir ar nifer fawr o blant. Gellir ystyried gwahardd mewn rhai amgylchiadau.
Impetigo	Hyd nes bod y clwyfau'n grofennog ac wedi gwella, neu 48 awr ar ôl dechrau cael triniaeth wrthfotig	Mae triniaeth wrthfotig yn cyflymu'r broses wella ac yn lleihau'r cyfnod heintus
Y Frech Goch	Pedwar diwrnod ar ôl dechrau'r frech	Mae modd ei hatal drwy imiwneiddio (MMR x 2 ddos). <i>GWELER: Plant sy'n Agored i Niwed a Staff Beichiog</i>
Molluscwm contagioswm	Dim	Cyflwr hunangyfyngol
Tarwden (Ringworm)	Nid oes angen gwahardd fel arfer	Mae angen triniaeth
Brech rosynnaidd (babanod)	Dim	Dim
Clefyd crafu	Gall y plentyn ddychwelyd ar ôl y driniaeth gyntaf	Mae angen i'r rhai sydd yn rhannu cartref a'r rhai sydd â chysylltiad agos gael triniaeth
Y dwymyn goch	Gall y plentyn ddychwelyd 24 awr ar ôl dechrau triniaeth wrthfotig briodol	Argymhellir triniaeth wrthfotig ar gyfer y plentyn yr effeithir arno
Y Foch Goch. Parfofeirws B19	Dim	<i>GWELER: Plant sy'n Agored i Niwed a Staff Beichiog</i>
Yr Eryr	Gwahardd dim ond os oes rhedlif yn dod o'r frech ac nad oes modd ei gorchuddio	Gall achosi brech yr ieir ymhlith y rhai nad oes ganddynt imiwnedd h.y. y rhai nad ydynt wedi cael brech yr ieir. Caiff ei ledaenu gan gysylltiad agos iawn ac o gyffwrdd ag e. Os oes angen rhagor o wybodaeth arnoch, cysylltwch â'ch Tîm Diogelu Iechyd lleol. <i>GWELER: Plant sy'n Agored i Niwed a Staff Beichiog</i>
Dafad a Ferwca	Dim	Dylid gorchuddio ferwca mewn pyllau nofio, campfeydd ac ystafelloedd newid

Dolur rhydd a salwch chwydu	Dylid aros i fwrdd o'r ysgol, meithrinfa neu warchodwr plant am gyfnod o:	Sylwadau
Dolur rhydd a/neu chwydu	48 awr ar ôl yr achos diwethaf o'r dolur rhydd neu chwydu	
<i>E. coli</i> O157 VTEC	Dylid gwahardd am 48 awr o'r achos diwethaf o'r Dolur Rhydd	Gall fod angen gwahardd pellach ar gyfer pobl ifanc o dan 5 oed a'r rhai sy'n cael anhawster cadw at arferion hylendid
Teiffoid [a paradeiffoid] (twymyn enterig)	Gall fod angen gwahardd pellach ar gyfer rhai plant tan nad ydynt yn alldaflu mwyach	Mae'n bosibl hefyd y bydd y cyfarwyddyd hwn yn berthnasol i rai cysylltiadau a allai fod angen clirio meicrofiolegol arnynt
Shigela (dysentri)		Cysylltwch â'ch Tîm Diogelu Iechyd lleol am ragor o gyngor
Cryptosporidiosis	Gwahardd am 48 awr o'r achos diwethaf o ddolur rhydd	Mae gwahardd rhag nofio'n ddoeth am bythefnos ar ôl i'r dolur rhydd ddod i ben

Heintiau anadlol	Dylid aros i fwrdd o'r ysgol, meithrinfa neu warchodwr plant am gyfnod o:	Sylwadau
Y Ffliw	Hyd nes bod gwellhad	<i>GWELER: Plant sy'n Agored i Niwed</i>
Twbercwlosis	Ymgynghorwch â'ch Tîm Diogelu Iechyd lleol bob amser	Mae angen cysylltiad agos hir dymor er mwyn iddo ledaenu
Y Pas (pertwsis)	Pum niwrnod o ddechrau triniaeth wrthfotig neu 21 diwrnod o ddechrau'r salwch os nad oes triniaeth wrthfotig	Mae modd ei atal drwy frechu. Ar ôl triniaeth, mae'n bosibl y bydd pesychu nad yw'n heintus barhau am wythnosau lawer. Bydd eich Tîm Diogelu Iechyd lleol yn trefnu unrhyw olrhain cyswllt angenrheidiol.
Heintiau eraill	Dylid aros i fwrdd o'r ysgol, meithrinfa neu warchodwr plant am gyfnod o:	Sylwadau
Llid pilen y llygad	Dim	Os bydd achos/clwstwr yn codi, cysylltwch â'ch Tîm Diogelu Iechyd

(conjunctivitis)		Ileol.
Difftheria	Mae gwahardd yn hanfodol. Ymgynghorwch â'ch Tîm Diogelu Iechyd lleol bob amser	Mae'n rhaid i gysylltiadau teuluol gael eu gwahardd hyd nes y byddant yn cael eu clirio gan eich Tîm Diogelu Iechyd lleol i ddychwelyd. Mae modd ei atal drwy frechu. Bydd eich Tîm Diogelu Iechyd lleol yn trefnu unrhyw olrhain cyswllt angenrheidiol.
Twymwn y chwarennau (Glandular fever)	Dim	
Llau pen	Dim	Argymhellir triniaeth dim ond mewn achosion lle bo llau byw wedi'u gweld.
Hepatitis A	Gwahardd tan saith diwrnod ar ôl dechrau'r clefyd melyn (neu saith diwrnod ar ôl dechrau'r symptomau os nad yw'r clefyd melyn yn bresennol)	Mewn achos o hepatitis A, bydd eich Tîm Diogelu Iechyd lleol yn cynghori ar fesurau rheoli.
Hepatitis B, C, HIV/AIDS	Dim	Mae Hepatitis B a C a HIV yn feirysau a gludir yn y gwaed nad ydynt yn heintus drwy gysylltiad achlysurol. Ar gyfer glanhau gollyngiadau hylif o'r corf. <i>GWELER: y ddogfen 'Dysgwch Wers i Germau' (Llywodraeth Cymru, 2006)</i>
Meningitis / septicaemia	Hyd nes bod gwellhad	Mae modd atal Meningitis C drwy frechu. Nid oes unrhyw reswm dros wahardd brodyr neu chworydd na chyswllt agos ag eraill. Bydd eich Tîm Diogelu Iechyd lleol yn cynghori ar unrhyw gamau angenrheidiol.
Meningitis oherwydd bacteria arall	Hyd nes bod gwellhad	Mae modd atal meningitis hib a niwmococo drwy frechu. Nid oes unrhyw reswm dros wahardd brodyr neu chworydd nac eraill â chyswllt agos â'r achos. Bydd eich Tîm Diogelu Iechyd lleol yn cynghori ar unrhyw gamau angenrheidiol.
Meningitis feirysol	Dim	Salwch llai difrifol. Nid oes unrhyw reswm dros wahardd brodyr neu chworydd nac eraill â chyswllt agos â'r achos.. Nid oes angen olrhain cyswllt.
MRSA	Dim	Mae hylendid da, yn enwedig golchi dwylo a glanhau amgylcheddol, yn bwysig er mwyn lleihau unrhyw berygl o ledaenu. Os bydd angen rhagor o wybodaeth arnoch, cysylltwch â'ch Tîm Diogelu Iechyd.
Clwy'r Pennau (Mumps)	Gwahardd plant am bum niwrnod ar ôl dechrau'r chwyddo	Mae modd ei atal drwy frechu (MMR x 2 ddos).
Edeulyngyr	Dim	Argymhellir triniaeth ar gyfer y plentyn a'r rhai sy'n dod i gysylltiad â'r cartref.
Tonsilitis	Dim	Mae llawer o achosion, ond mae'r rhan fwyaf o achosion oherwydd feirysau ac nid oes angen cyffuriau gwrthfotig.

### Plant sy'n agored i niwed

Mae rhai cyflyrau meddygol yn gwneud i rai plant fod yn agored i ddal heintiau nad ydynt prin byth yn ddifrifol i'r rhan fwyaf o blant; mae'r rhain yn cynnwys plant sy'n cael triniaeth ar gyfer lewchemia neu ganserau eraill, sy'n cael dosys uchel o steroidau ac sydd â chyflyrau sy'n gostwng eu himiwnedd yn sylweddol.

### Staff beichiog (gan gynnwys disgyblion beichiog)

Os yw menyw feichiog yn datblygu brech neu mewn cysylltiad uniongyrchol â rhywun sydd â brech a allai fod yn heintus, dylai meddyg archwilio hyn. Daw'r risg mwyaf i fenywod beichiog o heintiau o'r fath oddi wrth eu plentyn/plant eu hunain, yn hytrach na'r gweithle.

### Imiweiddio

Dylai statws imiweiddio gael ei wirio bob amser wrth ddechrau'r ysgol ac ar adeg unrhyw frechiad. Dylid annog rhieni i imiweiddio eu plentyn neu drefnu dosiau dilynol pellach drwy feddyg teulu'r plentyn. I gael y cyngor diweddaraf ar imiweiddio, ewch i [www.immunisation.nhs.uk](http://www.immunisation.nhs.uk), neu gall y gwasanaeth iechyd ysgolion gynghori ar yr amserlen imiweiddio genedlaethol ddiweddaraf.

2 fis oed	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difftheria, tetanws, pertwsis, polio a Hib (DTaP / IPV / Hib)</li> <li>• Niwmococol (PCV)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un pigiad</li> <li>• Un pigiad</li> </ul>
3 mis oed	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difftheria, tetanws, pertwsis, polio a Hib (DTaP / IPV / Hib)</li> <li>• Meningitis C (Men C)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un pigiad</li> <li>• Un pigiad</li> </ul>
4 mis oed	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difftheria, tetanus, pertwsis, polio a Hib (DTaP/IPV/Hib)</li> <li>• Niwmococol (PCV)</li> <li>• Meningitis C (Men C)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un pigiad</li> <li>• Un pigiad</li> <li>• Un pigiad</li> </ul>
12-13 mis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hib / meningitis C</li> <li>• Y Frech Goch, Clwy'r Pennau a Rwbela (MMR)</li> <li>• Niwmococol (PCV)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un pigiad</li> <li>• Un pigiad</li> <li>• Un pigiad</li> </ul>
Tair blynedd a phedwar mis neu'n fuan ar ôl hynny	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Difftheria, tetanws, pertwsis, polio (DTaP / IPV)neu dTaP / IPV</li> <li>• Y Frech Goch, Clwy'r Pennau a Rwbela (MMR)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un pigiad</li> <li>• Un pigiad</li> </ul>
Rhwng 13 a 18 oed	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tetanws, difftheria, a pholio (Td/IPV)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un pigiad</li> </ul>
Merched rhwng 12 a 13 oed	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Canser ceg y groth a achosir gan feirws papiloma dynol math 6, 11, 16 &amp; 18. Brechlyn HPV.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tri dos dros chwe mis</li> </ul>

Amserlen Imiweiddio Gyffredinol y DU yw hon. Mae'n bosibl y bydd angen imiweiddiadau ychwanegol ar blant sy'n dangos rhai ffactorau risg. Mae gan rai ardaloedd bolisïau lleol – gwiriwch gyda'ch Tîm DIOGELU IECHYD lleol am hyn.

### Imiweiddiadau Staff

Dylai pob aelod o staff gael gwiriad iechyd galwedigaethol llawn cyn cael eu cyflogi; mae hyn yn cynnwys sicrhau bod eu holl imiweiddiadau'n gyffredol. Cynghorir pob aelod o staff rhwng 16 a 25 oed i wirio eu bod wedi cael dau ddos o MMR.

Addaswyd o "Asiantaeth Diogelu Iechyd" Ebrill 2010.

Am gyfeiriadau, ewch i [www.hpa.org.uk](http://www.hpa.org.uk) Cynhyrchwyd y wybodaeth gyda chymorth Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant.