

# Cyfarwyddyd ar Reoli Heintiau Gogledd Cymru - Ysgolion a Lleoliadau Cyn-Ysgol

## Gorffennaf 2014 – Dyddiad adolygu Gorffennaf 2015

Os oes angen cyngor ar ysgol/lleoliad cyn-ysgol yng **Ngogledd Cymru** ar gyfnodau gwahardd / clefydau trosglwyddadwy, cânt eu cynghori i ddilyn y camau canlynol –

1. Yn y lle cyntaf, dylai ysgol/lleoliad cyn-ysgol gyfeirio at y wybodaeth isod sy'n berthnasol i blant a staff.
2. Os oes gofyn cael gwybodaeth bellach am salwch a chyfnod gwahardd, dylai ysgol/lleoliad cyn-ysgol gysylltu â'r Tîm Diogelu Iechyd, Iechyd Cyhoeddus Cymru yn yr Wyddgrug: 01352 803234. (Dylai unrhyw ysgol roi gwybod i nyrs yr ysgol am y canlyniad).
3. Os yw ysgol/lleoliad cyn-ysgol yn sylwi ar gyfradd absenoldeb uwch na'r arfer, dylai roi gwybod i'r Tîm Diogelu Iechyd – 01352 803234.
4. Mewn achosion o salwch sy'n cynnwys staff yr ysgol, dylai'r ysgol gysylltu â'u Tîm Iechyd Galwedigaethol.
5. Mewn achosion lle mae brigadau lleol/cenedlaethol o salwch, bydd yr ysgol/lleoliad cyn-ysgol yn cael gwybodaeth a chynghor 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 cyn-ysgol gyfeirio at 'Gwylwch y Germau' a'r ddogfen lleol 'Teclyn Archwilio Rheoli Haint' ar gyfer sefydliadau gyda phlant oed meithrin (0-5).

Brechau a heintiau croen	Cyfnod argymelledig ar gyfer aros i ffwrdd o'r ysgol a lleoliadau cyn-ysgol	Sylwadau
Tarwden y traed	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 hunangyfngol.
Brech goch yr Almaen (rwbela)	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 hunangyfngol
Tarwden	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 ddeiliad y 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 Boch Goch. Parfofeirws B19	Dim	<i>GWELER: Plant sy'n Agored i Niwed a Staff Beichiog</i>
Yr Eryr	Gwahardd os oes rhedlif yn dod o'r frech ac nad oes modd ei gorchuddio yn unig	Gall achosi brech yr ieir ymhlith y rhai nad oes ganddynt imiwneidd 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>
Dafadennau a Ferwcau	Dim	Dylid gorchuddio ferwcau mewn pyllau nofio, campfeydd ac ystafelloedd newid

Dolur rhydd a salwch chwydu	Cyfnod argymelledig ar gyfer aros i ffwrdd o'r ysgol a lleoliadau cyn-ysgol	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 ei wahardd 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)	Gallai fod angen gwahardd pellach ar gyfer rhai plant hyd nes 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	Cyfnod argymelledig ar gyfer aros i ffwrdd o'r ysgol a lleoliadau cyn-ysgol	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	Cyfnod argymelledig ar gyfer aros i fwrdd o'r ysgol a lleoliadau cyn-ysgol	Sylwadau
Llid pilen y llygad	Dim	Os bydd achos/clwstwr yn codi, cysylltwch â'ch Tîm Diogelu Iechyd Lleol.
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 cânt 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	Dim	
Llau pen	Dim	Argymhellir triniaeth dim ond mewn achosion lle bo llau byw wedi'u gweld.
Hepatitis A	Gwahardd tan saith niwrnod ar ôl dechrau'r clefyd melyn (neu saith niwrnod 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 firsau 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 na chyswllt agos ag eraill. Bydd eich Tîm Diogelu Iechyd lleol yn cynghori ar unrhyw gamau angenrheidiol.
Meningitis firsol	Dim	Salwch llai difrifol. Nid oes unrhyw reswm dros wahardd brodyr neu chworydd na chyswllt agos ag eraill. 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	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.
Tonsillitis	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 brin byth yn ddifrifol i'r rhan fwyaf o blant; mae'r rhain yn cynnwys plant sy'n cael triniaeth ar gyfer lewcemia 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 plant 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.

### Imiwneiddio

Dylai statws imiwneiddio gael ei wirio bob amser wrth ddechrau'r ysgol/lleoliad cyn-ysgol ac ar adeg unrhyw frechiad. Dylid annog rhieni i imiwneiddio eu plentyn neu drefnu dosiau dilynol pellach drwy feddyg teulu'r plentyn. I gael y cyngor diweddaraf ar imiwneiddio, ewch i [www.immunisation.nhs.uk](http://www.immunisation.nhs.uk), neu gall meddyg teulu'r plentyn gynghori.

2 fis oed	Difftheria, tetanws, pertwsis (y pas), polio a Haemophilus influenza math b (Hib)	DTaP/IPV/Hib	Clun
	Clefyd niwmococol	PCV	Clun
	Rotafirws ( <i>torbwynt yw 15 mis oed</i> )	Rotafirws	Drwy'r geg
3 mis oes	Difftheria, tetanws, pertwsis, polio a Hib	DTaP/IPV/Hib	Clun
	Clefyd Meningococcal grŵp C (MenC)	Men C	Clun
	Rotafirws ( <i>torbwynt yw 24 mis oed</i> )	Rotafirws	Drwy'r geg
4 mis oed	Difftheria, tetanws, pertwsis, polio a Hib	DTaP/IPV/Hib	Clun
	Clefyd niwmococol	PCV	Clun
12 – 13 mis oes (o fewn mis i ben-blwydd y plentyn yn flwydd)	Hib/MenC	Hib/MenC	Bôn braich/Clun
	Clefyd niwmococol	PCV	Bôn braich/Clun
	Y frech goch, clwy pennau a rwbela (brech Almaenig)	MMR	Bôn braich/Clun
2, 3 a 4 mlwydd oed; blwyddyn 7 (ysgol)	Ffliw – cyn y tymor fflw ym mis Medi/Hydrif	Chwistrelliad fflw trwynol	Ffroenau
3 oed a 4 mis neu'n fuan wedi hynny	Difftheria, tetanws, pertwsis, polio	DTaP/IPV	Bôn braich
	Y frech goch, clwy pennau a rwbela	MMR	Bôn braich
Merched 12-13 oed	Canser cerfigol wedi ei achosi gan firws papiloma dynol mathau 16 ac 18 (a dafadennau gwenerol wedi eu hachosi gan fathau 6 ac 11)	HPV	Bôn braich
Oddeutu 14 mlwydd oed	Tetanws, difftheria, a polio	Td/IPV	Bôn braich
	MenC	MenC	Bôn braich

Mae'r amserlen imiwneiddio reolaidd ar gyfer haf 2014 a thu hwnt ar gael o:  
[www.gov.uk/government/publications/the-complete-routine-immunisation-schedule](http://www.gov.uk/government/publications/the-complete-routine-immunisation-schedule);

**Imiwneiddio'r rhai mewn perygl** – hon yw amserlen imiwneiddio cyffredinol y DU ac mae'n cynnwys imiwneiddiadau ar gyfer y rheiny mewn perygl. Efallai y bydd ar blant sydd â ffactorau risg penodol angen imiwneiddiadau ychwanegol. Mae gan rai ardaloedd bolisiau lleol – holwch eich meddyg teulu.

**Staff Beichiog** – dylid cynnig brechiad fflw i staff beichiog. Gellir rhoi'r brechiad ar unrhyw adeg ar ôl 28 wythnos. Fe ddylid hefyd cynnig brechiad y pas (pertwsis) i ferched beichiog.

**Imiwneiddio Staff** – dylai pob aelod o staff gael gwiriad iechyd galwedigaethol llawn cyn cyflogaeth; dylai hyn gynnwys sicrhau eu bod wedi derbyn yr holl imiwneiddiadau. Dylai pob aelod o staff 16–25 oed wirio eu bod wedi derbyn dau frechiad MMR ac un brechiad Men C.

Adaswyd 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.