

## ABSENOLDEB O ACHOS SALWCH

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

| Brechau a heintiau croen          | Dylid aros i ffwrdd 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 ddirifol 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).<br><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).<br><i>GWELER: Plant sy'n Agored i Niwed a Staff Beichiog</i>   |
| Molluscwm contagioswm             | Dim   | Cyflwr hunangyfngol   |
| 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 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.<br><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 ffwrdd 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 ddo i ben   |

| Heintiau anadlol | Dylid aros i ffwrdd 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 ffwrdd o'r ysgol, meithrinfa neu warchodwr plant am gyfnod o:                                   | Sylwadau  |

|                                       |   |  |
|---------------------------------------|---|--|
| Llid pilen y llygad (conjunctivitis)  | 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 byddant yn cael eu clirio gan eich Tîm Diogelu Iechyd lleol i ddechrau. 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 corff.<br><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 chwiorydd na chyswllt agos 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 niwrococo drwy frechu. Nid oes unrhyw reswm dros wahardd brodyr neu chwiorydd 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 chwiorydd 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 lewcemia neu ganserau eraill, sy'n cael dosys uchel o steroidau ac sydd â chyflyrau sy'n gostwng eu himiwnedd yn sylweddol.

### Staff 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

Imiwneiddio yw'r ffordd fwyaf diogel a mwyaf effeithiol o amddiffyn plant rhag clefydau difrifol. Rydym yn annog rhieni i imiwneiddio eu plant neu drefnu dosiau dilynol pellach drwy'r meddyg teulu. I gael y cyngor diweddaraf ar imiwneiddio, ewch i [www.immunisation.nhs.uk](http://www.immunisation.nhs.uk), neu gall y gwasanaeth iechyd ysgolion gynghori ar yr amserlen imiwneiddio genedlaethol ddiweddaraf.

|   |   |   |
|---|---|---|
| 2 fis oed   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Difftheria, tetanws, pertwsis, polio a Hib (DTaP / IPV / Hib)</li> <li>• Niwrococol (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>• Niwrococol (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>• Niwrococol (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>                               |