Cyngor Sir CEREDIGION County Council

Canllawiau

Clefydau Heintus a Feirysau a Gludir yn y Gwaed yn y gweithle

Cyflwyniad

Mae Cyngor Sir Ceredigion yn ymrwymedig i ddarparu amgylchedd gwaith saff a diogel i bob un o'i weithwyr ac eraill y gallai eu gweithredoedd effeithio arnynt.

Mae'r canllawiau hyn yn rhoi gwybodaeth a mesurau ar gyfer rheoli risg er mwyn eich gwarchod chi ac eraill yn y gweithle rhag afiechydon a gaiff eu hachosi gan heintiau a feirysau a gludir yn y gwaed.

Defnyddir y term Feirysau a Gludir yn y Gwaed er mwyn bod yn gryno, ond pan gyfeirir at waed, dylid cymryd ei fod yn cynnwys hylifau'r corff sy'n uwch eu risg oni bai y nodir yn wahanol (Paragraff 2.5).

1.0 Brechu rheolaidd

1.1 Mae brechu rheolaidd sy'n cynnwys brechiadau cyffredin yn cael eu darparu drwy'r Meddyg Teulu fel mater o ymarfer meddygol da ac nid oes angen asesiad risg nac unrhyw fewnbwn ychwanegol gan eich cyflogwr. Mae'r rhain yn cynnwys brechiadau megis: Tetanws, Polio, MMR, Feirws Papiloma Dynol (HPV) ynghyd â'r rhai y mae angen pigiadau atgyfnerthu arnynt. Y gwasanaethau gofal sylfaenol sy'n gyfrifol am ddarparu'r rhain a dylid cynghori unrhyw weithiwr sydd angen mwy o wybodaeth i fynd i weld ei Feddyg Teulu.

2.0 Feirysau a gludir yn y gwaed

2.1 Mae feirysau a gludir yn y gwaed yn achosi heintiau pan fydd gwaed sy'n cynnwys cyfryngau heintus yn cael ei drosglwyddo i gorff rhywun arall. Yr heintiau mwyaf cyffredin yn y DU yw'r Feirws Imiwnoddiffygiant Dynol (HIV) a all achosi Syndrom Diffyg Imiwnedd Caffaeledig (AIDS) a thri o'r feirysau sy'n achosi Hepatitis - feirysau Hepatitis B, Hepatitis C a Hepatitis D.

2.2 Mae trosglwyddo heintiau yn y gwaith yn gallu digwydd am eich bod yn dod i gysylltiad damweiniol â gwaed neu hylifau corfforol eraill er bod y dystiolaeth sydd ar gael ar hyn o bryd yn awgrymu bod risg o'r math hwn o haint yn y gwaith yn eithriadol o isel. Er hynny, a hyd yn oed pan fo'r risgiau'n fach neu heb eu profi, bydd y Cyngor yn manteisio ar bob mesur ymarferol i leihau neu ddileu'r risgiau, o sicrhau ymlyniad llym wrth

dechnegau gwaith diogel i fwy o ymrwymiad i weithdrefnau hylendid a darpariaethau cysylltiedig. Roedd yr hyn a olygai bod rhywrai'n dod i gysylltiad â feirysau weithiau'n deillio o fethiant i ddilyn y gweithdrefnau a argymhellwyd, sef trin a thrafod mewn modd diogel unrhyw wrthrychau miniog neu ddeunyddiau eraill halogedig a'u gwaredu, neu wisgo cyfarpar diogelu personol fel menyg neu declynnau i warchod y llygaid.

2.3 Mae'r prif bryderon yn codi pan nad yw union leoliad cyfryngau heintus a gludir yn y gwaed yn wybyddus ac eto bod gweithgareddau yn y gwaith a'r unigolion sy'n ymgymryd â nhw yn cael eu dynodi'n perthyn i'r categori risg uchel. Ceir manylion y prif gyfryngau hyn ym Mharagraff 2.1 ac mae'r mesurau rheoli a argymhellir, sy'n cael eu hamlygu yn y ddogfen hon, yn berthnasol i'r rhain a mwyafrif yr heintiau eraill a all fod yn bresennol mewn gwaed.

2.4 Nid gwaed ynddo'i hunan yw'r unig faes pryder gan y gall unrhyw hylifau corfforol a halogir gan waed fod yn risg oni bai bod rhagofalon addas yn cael eu cymryd i warchod gweithwyr. Gall gwaed fod yn bresennol yn unrhyw un o'r hylifau a ganlyn:

- Llaeth y fron
- Hylif yr ymennydd/asgwrn cefn neu hylifau corfforol eraill sy'n dod o glwyfau a achoswyd gan drawma.
- Semen / Hylif a gynhyrchir yn y wain

2.5 Mae wrin, ysgarthion, poer, sbwtwm, dagrau, chwys a chŵyd yn peri risg isel o heintiau a gludir yn y gwaed oni bai eu bod wedi eu halogi â gwaed neu gallant fod yn beryglus am resymau eraill.

3.0 Ffyrdd o drosglwyddo

3.1 Mae feirysau a gludir yn y gwaed yn cael eu trosglwyddo drwy ddod i gysylltiad uniongyrchol â gwaed neu hylifau corfforol eraill heintiedig lle bo'r haint yn mynd i gorff y derbynnydd drwy:

- Gyfathrach rywiol
- Rhannu nodwyddau ac ati
- Tyllu'r croen drwy ddefnyddio nodwyddau, gwrthrychau miniog eraill, gwydr ac ati
- Geni plentyn
- Trallwysiad gwaed
- Clwyfau agored halogedig (llai cyffredin)
- Pilennau gludiog y llygaid, y trwyn, y geg gan waed heintiedig neu hylifau corfforol a halogir gan waed heintiedig.
- Brathiad dynol sy'n tynnu gwaed.

3.2 Mae'r dystiolaeth sydd ar gael yn awgrymu bod heintiau feirysau a gludir yn y gwaed yn parhau'n brin ac yn annhebygol o gael eu hachosi neu eu

trosglwyddo gan ffactorau sy'n gysylltiedig â gwaith, yn enwedig pan gedwir at y gweithdrefnau diogelwch a hylendid cywir.

4.0 Natur a hyd a lled y risg o feirysau a gludir gan waed

4.1 Haint HIV ac AIDS

(i) Gellir trosglwyddo HIV drwy halogi a gludir yn y gwaed neu drwy gyfathrach rywiol. Gall yr unigolyn heintiedig barhau'n iach heb wybod am unrhyw symptomau am nifer o flynyddoedd. Mae'r feirws yn ymosod ar y system imiwnedd; os caiff ei adael heb driniaeth bydd system imiwnedd yr unigolyn wedi'i dinistrio'n llwyr yn y pen draw. Set o symptomau a salwch sy'n digwydd ar gam olaf y feirws HIV yw AIDS pan fo system imiwnedd yr unigolyn wedi mynd yn rhy wan i frwydro unrhyw heintiau. Os oes diagnosis cynnar a mynediad i'r triniaethau cywir, mae'r rhai sydd wedi eu heintio yn fwy tebygol o fyw bywydau hir ac iach erbyn hyn.

(ii) Mae digon o dystiolaeth i awgrymu bod y risg i weithwyr y Cyngor o gael haint HIV a drosglwyddir yn y gwaith yn fach. Er hynny, mae'r Cyngor yn ymrwymedig i fanteisio are bob cam rhesymol i leihau neu ddiddymu'r risg. Pan na fydd brechiad wedi'i roi, glynir yn glòs at systemau diogel o weithio a chedwir at y defnydd cywir o gyfarpar diogelu personol.

4.2 Feirws Hepatitis A

(i) Mae'r feirws Hepatitis A yn achosi haint yn yr afu. Ffurf gyffredinol ysgafn sydd i'r clefyd sy'n mynd yn fwy difrifol gydag oedran. Mae clefyd heb unrhyw symptomau yn gyffredin ymysg plant, ond gellir cael y Clefyd Melyn mewn 70-80% o achosion ymysg oedolion. Er mai prin yw'r achosion o farwolaethau, mae'r risg yn uwch ymysg pobl hŷn a'r rhai hynny â chyflyrau sydd eisoes yn bodoli ar yr afu. Mae Hepatitis A yn cael ei drosglwyddo drwy'r llwybr ysgarthion a'r geg ac ystyrir bod cyswllt o'r math hwn yn sylweddol ac felly nid yw'n cael ei ystyried yn feirws a gludir yn y gwaed. Mae lefelau uchel o hylendid personol, yn enwedig golchi dwylo a defnyddio'r cyfarpar diogelu personol yn iawn yn lleihau'n fawr y risg o gael haint Hepatitis A.

4.3 Feirws Hepatitis B

(i) Mae dod i gysylltiad â feirws Hepatitis B yn aml sy'n arwain at drosglwyddo yn cario'r risg o gael haint. Gall y symptomau yn y cyfnod o ddod i gysylltiad aml amrywio o 40-160 o ddiwrnodau.

(ii) Gallai effeithiau a symptomau'r haint fod yn arwyddocaol. Gall rhai o'r effeithiau a'r symptomau a all fod yn bresennol amrywio o anesmwythder yn yr abdomen, pwys/chwydu, poenau yn y cymalau, brech ar y croen, anorecsia. Dros amser, gall y salwch fynd yn fwy

difrifol gan arwain at y clefyd melyn, methiant aciwt yr afu a thwymyn. Gall y feirws Hepatitis B barhau, gall fynd yn fwy cronig neu gall yr unigolyn ddod yn gludydd heb symptomau. Pa un ai a oes gan yr unigolion symptomau amlwg neu nad oes ganddynt symptomau ar y pryd, mae'r unigolion hyn yn hynod heintus.

(iii) Ceir gwellhad llwyr yn y rhan fwyaf o achosion, ond gall canran fach ddatblygu haint cronig (llai na 5%). Adroddir nad oes gan ryw hanner o'r bobl sydd wedi'u heintio â Hepatitis B unrhyw symptomau o gwbl a'u bod yn gludyddion heb yn wybod iddynt.

(iv) Pan fo gweithiwr yn cael ei ddynodi'n risg uchel yn dilyn y broses asesu risg, caiff ei gymell i gael y brechiad Feirws Papiloma Dynol (HPV). Os bydd unrhyw gostau'n gysylltiedig â hyn, bydd y gwasanaeth sy'n cyflogi yn ad-dalu'r unigolyn. Dylai'r asesiad risg gael ei gwblhau ar weithwyr y cydnabyddir eu bod yn gweithio mewn meysydd risg uchel o fewn yr Awdurdod, sef:

- Staff a gyflogir i weithio gydag unigolion â chanddynt anawsterau dysgu (profwyd bod nifer yr achosion o'r rhai sy'n cario'r feirws Hepatitis B yn uwch ymysg grwpiau penodol o ddefnyddwyr gwasanaethau â chanddynt anawsterau dysgu na'r boblogaeth yn gyffredinol). Os yw'r gweithwyr hyn yn gweithio mewn man y cydnabyddir eu bod mewn risg uwch o gael eu brathu neu eu crafu, caiff y gweithwyr hyn eu cymell i gael yr HPV. Byddai'r risgiau hyn yn gymwys i unedau AAA mewn ysgolion a Chanolfannau Gweithgareddau Cymdeithasol ar gyfer defnyddwyr y gwasanaethau â chanddynt anawsterau dysgu ac anafiadau i'r ymennydd.
- Gweithwyr cymdeithasol sy'n dod i gysylltiad rheolaidd â gwaed/hylifau wedi'u staenio â gwaed, yn enwedig lle ceir gwrthrychau miniog wedi eu halogi â gwaed. Mae'r risgiau yn arwyddocaol o isel lle bo gofal personol e.e. mynd i'r toiled, golchi rhannau preifat o'r corff, yn digwydd a bod staff yn defnyddio menyg pwrpasol, ffedogau, esgidiau caeedig a'u bod yn cadw at lefelau o arferion hylendid personol. Byddai asesiad risg yn dangos a fyddai angen brechlyn mewn achosion o'r math yma.
- Mae casglwyr sbwriel sy'n debygol o ddod i gysylltiad rheolaidd â gwrthrychau miniog, gwydr neu ddeunyddiau eraill a allai dorri'r croen yn cael eu dynodi'n weithwyr a all fod mewn perygl. Er yr argymhellir brechu'r gweithwyr hyn, ni ddylid ystyried hyn ar ei ben ei hun; dylid sicrhau bod cyflenwad digonol o gyfarpar diogelu personol gan gynnwys menyg ag iddynt lefel gwarchod yn erbyn toriadau o o leiaf 2 ar gael a'u bod yn cael eu defnyddio, esgidiau diogelwch trwm addas; mynediad i gyfleusterau lles (yn enwedig ar gyfer golchi dwylo) er mwyn sicrhau y gall gweithwyr gadw at

arferion hylendid da. Mae'r un peryglon a'r mesurau diogelu dilynol yn berthnasol i ofalwyr toiledau cyhoeddus oherwydd y tebygolrwydd o ddod i gysylltiad â nodwyddau halogedig, hylifau corfforol ac ati.

- Dylid rhoi ystyriaeth i grwpiau galwedigaethol eraill sy'n teimlo eu bod mewn perygl o Hepatitis B a dylid cyflawni asesiad risg i fesur y graddau y gallant fod mewn perygl.

4.4 **Feirws Hepatitis C**

(i) Mae'n trosglwyddo drwy'r un llwybrau a ddynodir ym Mharagraff 3. Dynodir bod y rhai sy'n cam-drin cyffuriau ac sy'n defnyddio nodwyddau yn risg uchel.

(ii) Nid oes brechlyn yn erbyn y feirws Hepatitis C felly mae'n hollbwysig bod sylw'n cael ei roi i arferion gwaith mwy diogel, hylendid da, a chyflenwad a'r defnydd iawn o gyfarpar diogelu personol.

4.5 **Feirws Hepatitis D**

(i) Mae angen i'r feirws Hepatitis B fod yn bresennol er mwyn iddo atgynhyrchu felly gall ond ddigwydd i'r unigolion hynny sydd eisoes wedi'u heintio â Hepatitis B. Er hynny, gallai rhywun nad oes ganddo'r feirws Hepatitis B gael Hepatitis B a D yr un pryd gan unigolyn sydd wedi'i heintio â'r ddau feirws. Mae'n trosglwyddo drwy ledu o waed i waed neu drwy gyfathrach rywiol.

5 Rheoli cyswllt damweiniol â gwaed/hylifau heintiedig

5.1 Er bod gweithwyr yn cadw at y drefn gywir a diogel o weithio, gall y perygl o heintio fod yno o hyd a bydd angen cymorth cyntaf mewn rhai achosion o ddod i gysylltiad â feirws, asesiad ar ôl digwyddiad lle'n briodol, imiwneiddio ac adrodd drwy'r systemau priodol.

Diffinnir achosion o ddod i gysylltiad â feirws mewn dwy ffordd yn gyffredinol: **Arwyddocaol** neu **anarwyddocaol**

Diffiniad o ddod i gysylltiad arwyddocaol â feirws

- Gwaed ar rwyg neu grafiad (e.e. clwyf a achoswyd gan declyn miniog megis nodwydd a halogwyd gan waed
- Gwaed ar bilen ludiog (e.e. leinin y llygaid, y geg, y trwyn wedi'i halogi gan waed)
- Hylif corfforol ar rwyg neu grafiad (e.e. poer, wrin, semen yn halogi clwyf a gafwyd, efallai, o gael brathiad gan berson arall)

Diffiniad o ddod i gysylltiad anarwyddocaol â feirws

- Hylif corfforol ar bilen ludiog - er y gall fod perygl, yn ddamcaniaethol, o ddod i gysylltiad â feirysau a gludir yn y gwaed,

ystyrir bod hyn yn anarwyddocaol gan nad oes trosglwyddiadau fel hyn wedi cael eu cadarnhau.
NODYN: Os oes gwaed yn amlwg yn staenio'r hylif, rhaid diffinio'r digwyddiad fel un sy'n **dod i gysylltiad arwyddocaol â feirws**.

5.3 **Y drefn i'w dilyn mewn achos o ddod i gysylltiad arwyddocaol â feirws:**

5.3.1 Cyflawni'r cymorth cyntaf priodol; golchi'r clwyf yn drwyadl gyda dŵr a sebon. **Dim sgwrio.** Os bydd hylifau corfforol neu waed yn tasgu, golchwch bilennau gludiog y geg, y trwyn neu'r llygaid gyda digonedd o ddŵr. Os oes clwyf brath, ceisiwch gael y clwyf i waedu'n rhydd, **ond peidiwch gwasgu na sgwrio'r clwyf.**

5.3.2 Cwblhau adroddiad IR1
http://eformslive4.ceredigion.gov.uk/ufs/ufsmain?formid=CE_HS_IR1&ebd=0&ebz=1_1533646005309

5.3.3 Cysylltu â'r Adran Damweiniau ac Achosion Brys yn eich ysbyty lleol cyn gynted ag sy'n bosibl, a byddant yn penderfynu a oes angen unrhyw driniaeth neu weithredu i rwystro neu i roi stop ar yr haint.

5.3.4 Gwaredu unrhyw ddillad sy'n debygol o fod wedi'u halogi drwy ddod i gysylltiad â'r feirws mewn modd diogel neu eu golchi ar wahân ar dymheredd uchel.

5.3.5 Lle'n bosibl, pacio'n ddiogel ac ar wahân y gwrthrych a allai fod wedi golygu bod y gweithiwr wedi dod i gysylltiad â feirws, a'i gludo i'r ysbyty gyda'r gweithiwr.

6 Asesu'r gofyn i frechu gweithwyr.

6.1 Yn ôl y canllawiau uchod, mae'n debygol na fydd angen imiwneiddio'r rhan fwyaf o weithwyr y cyngor yn erbyn Hepatitis B a Hepatitis A.

6.2 Dylai'r Rheolwr o fewn ei wasanaeth gynnal asesiad risg er mwyn penderfynu a oes risg yn perthyn i wasanaeth penodol neu swydd benodol. Dylai'r asesiad hwn gael ei anfon nôl i HealthandSafety@ceredigion.gov.uk i'w brosesu.

PWYSIG:

Dylai rhwystro gweithwyr rhag dod i gysylltiad ag unrhyw gyfryngau a allai achosi niwed fod yn greiddiol wrth fynd i'r afael â chyswllt damweiniol fel hyn. Wrth geisio lleihau'r risg o ddod i gysylltiad sylweddol â feirysau lle gwelwyd bod risg o'r fath yn bodoli, dynodwyd yr angen i ddilyn y camau allweddol a ganlyn: lefelau uchel o hylendid personol a mynediad i gyfleusterau lles, defnydd diogel a chywir o gyfarpar diogelu personol priodol gan gynnwys menyg a ffedogau a chadw at arferion gwaith diogel.