

» Darganfod mwy am gyfyngiadau lleol y coronafeirws

Dilynwch y cyngor ar gyfer y **coronafeirws (COVID-19)**

Cuddio ✕

Hafan > **Coronafeirws (COVID-19)** > **Profi, olrhain, diogelu: coronafeirws** > **Profi am y coronafeirws** > **Lleoliadau addysg: profi ac olrhain cysylltiadau y coronafeirws** >

Canllawiau ar brofi ac olrhain cysylltiadau i leoliadau addysg [HTML]

CANLLAWIAU

Canllawiau ar brofi ac olrhain cysylltiadau i leoliadau addysg

Gwybodaeth am y prawf antigenau (swab) a'r prawf gwrthgyrff (gwaed) ac olrhain cysylltiadau.

Cyhoeddwyd gyntaf: 8 Gorffennaf 2020

Diweddarwyd ddiwethaf: 30 Gorffennaf 2020

Cynnwys

Pa fathau o brofion sydd ar gael?
Profion antigenau
Profion gwrthgyrff
Olrhain cysylltiadau

Profi, Olrhain, Diogelu yw dull Llywodraeth Cymru o brofi ac olrhain cysylltiadau er mwyn ein helpu i fwy gyda COVID-19 (y coronafeirws) wrth i'r gwaith o ddod o eind i yrhin i driniaethau mwy effeithiol a brechlyn barhau. Bydd y strategaeth yn galluogi dinasyddion, sefydliadau addysg a busnesau yng Nghymru i ailddechrau gweithgarwch arferol yn raddol ac yn ddiogel. Mae'r strategaeth er budd diogelu iechyd pobl ac mae'n gweithio drwy wneud y canlynol:

- profi pobl â symptomau'r coronafeirws, gan ofyn iddynt hunanynysu oddi wrth deulu ehangach, frindiau a'u cymuned wrth iddynt aros am ganlyniad
- olrhain pobl sydd wedi bod mewn cysylltiad agos ag unrhyw un sydd wedi cael prawf positif, gan olygu bod angen iddynt gymryd rhagofalon drwy hunanynysu am 14 diwrnod
- diogelu pobl sy'n agored i niwed neu'n wynebu mwy o risg yn sgil y feirws, gan roi cyngor, arweiniad a chymorth, yn enwedig os byddant yn datblygu symptomau neu os byddant yn cael eu henwi fel cysylltiad drwy'r broses olrhain cysylltiadau

Pa fathau o brofion sydd ar gael?

Mae dau fath o brawf ar gyfer COVID-19:

- y prawf antigenau (swab) – bydd y prawf hwn yn dweud wrthych a yw'r feirws gennych ar hyn o bryd
- y prawf gwrthgyrff (gwaed) – bydd y prawf hwn yn dweud wrthych a ydych wedi cael y feirws o'r blaen.

Mwy o wybodaeth am **Brofi ac Olrhain Cysylltiadau**.

Profion antigenau

Beth yw'r prawf antigenau?

Nod y prawf hwn yw gweld a oes COVID-19 ar rywun sydd â symptomau. Caiff y math hwn o brofi ei ddefnyddio'n helaeth yng Nghymru bellach, ac mae'n cyflawni rôl bwysig wrth helpu'r broses o olrhain cysylltiadau a rheoli lledaeniad y feirws.

Gall unrhyw un sydd â symptomau ofyn am gael prawf. Yn dibynnu ar y lleoliad profi, bydd y prawf yn cynnwys naill ai:

- 'un swab sych' a gymerir o ben draw'r gwddf
- neu sampl 'dau swab gwlyb' o'r trwyn a'r gwddf

Pryd y dylwn ofyn am brawf antigenau?

Rhaid ichi hunanynysu a gofyn am brawf yn syth os byddwch yn datblygu o leiaf un o'r symptomau canlynol:

- peswch cyson newydd
- tymheredd uchel
- colli'r gallu i arogleuo neu flasu, neu newid yn y gallu hwnnw

Hyd yn oed os mai symptomau ysgafn sydd gennych, ni ddylech adeael eich cartref. Gelwir hyn yn hunanynysu. Rhaid i unrhyw un â symptomau hunanynysu am 10 diwrnod o'r dyddiad y dechreuodd ei symptomau. Rhaid i unrhyw un ar eich aelwyd sydd heb symptomau hunanynysu am 14 diwrnod o'r dyddiad pan ddechreuodd y person cyntaf yn eich cartref eich symptomau. I ddiogelu pobl eraill, ni ddylech fynd i'r gwaith, nac i lefydd fel meddygfa, fferyllfa neu ysbty os oes gennych unrhyw rai o'r symptomau hyn.

Sut mae gwneud cais am brawf antigenau?

Arhoswch gartref (hunanynysu) a gwneuch gais am brawf antigenau cyn gynted ag y byddwch yn dechrau datblygu symptomau.

Mae'r holl weithwyr addysg a gofal plant (gan gynnwys staff cymorth sy'n gweithio yn y lleoliadau hyn) yn weithwyr hanfodol, felly dylech archebu pecyn profi gartref neu drefnu apwyntiad yn eich canolfan profi drwy ffenestr y car agosaf **drwy ddilyn y llwybr i weithwyr hanfodol**.

Pryd y bydd y prawf antigenau ar ei fwyaf effeithiol?

Dim ond i bobl sydd â symptomau'r coronafeirws y bydd y prawf antigenau'n effeithiol. Mae angen cael y prawf yn ystod pum diwrnod cyntaf y symptomau. Dylech drefnu prawf yn ddi-oad ar ôl i chi ddechrau cael symptomau. Dim ond gweld a yw'r coronafeirws arnoch ar hyn o bryd y mae'r prawf yn ei wneud, ac nid gweld a ydych wedi cael y feirws yn barod.

Dim ond mewn achosion eithriadol y caiff unigolion heb symptomau eu profi, fel preswlywyr a staff mewn cartrefi gofal a chleifion (cyn cael llawdriniaeth) yn y sector gofal iechyd. Un eithriad arall yw os bydd achosion mewn gweithle neu lleoliad addysg, lle y gellir profi unigolion heb symptomau yn y lleoliad hwnnw er mwyn helpu i'r ddeall i ba raddau y mae'r feirws wedi lledaenu. Nid yw prawf negyddol yn eithrio rhywun heb symptomau rhag hunanynysu am y cyfnod gofynnol o 14 diwrnod os cafodd ei enwi fel rhywun ddaeth i gysylltiad â'r feirws drwy'r broses olrhain cysylltiadau.

Profion gwrthgyrff

Beth yw'r prawf gwrthgyrff?

Nod y prawf hwn yw gweld a yw rhywun wedi cael y feirws yn y gorffennol. Mae'r prawf yn gweithio drwy gymryd sampl gwaed a phrofi am bresenoldeb gwrthgyrff, i weld a ydych wedi datblygu rhywfaint o imiwnedd i'r feirws. Caiff gwrthgyrff eu cynhyrchu gan y corff mewn ymateb i haint (ymateb imiwn). Fer arfer, gellir eu canfod yn y gwaed tua phythefnos ar ôl haint diweddar.

Gan mai haint newydd yw COVID-19, mae ein dealltwriaeth o ymateb imiwn y corff i'r feirws yn gyfyngedig ar hyn o bryd. Nid ydym yn gwybod pa mor hir y bydd gwrthgyrff y feirws hwn yn para na pha mor effeithiol y byddant wrth niwtraleiddio'r feirws, a fyddant yn eich amddiffyn rhag dal y feirws eto, neu a fydd cael gwrthgyrff yn golygu na allwch drosglwyddo'r feirws i bobl eraill. Wrth i'r dystiolaeth wyddonol dyfu, rydym yn gobeithio canfod yr atebion i'r cwestiynau hyn.

A yw'r prawf gwrthgyrff ar gael yn eang?

Dim ond drwy raglen brofi sampl cychwynnol mewn rhai lleoliadau addysg a gofal iechyd y mae'r prawf gwrthgyrff ar gael ar hyn o bryd. Ar ddiwedd y tymor, byddwn yn ailbrofi'r sampl cychwynnol, ac yn cynnwys grŵp sampl gwrthwnegol o gymuned ehangach yr ysgol. Bydd sampl ehangach yn cael ei defnyddio ar ôl i'r ysgolion ailagor ym mis Medi.

Os byddwch yn cael canlyniad prawf gwrthgyrff positif, ni fydd hyn yn golygu bod gennych imiwnedd nac nad oes modd i chi drosglwyddo'r feirws i bobl eraill.

Mae'n hanfodol eich bod yn parhau i ddilyn cyngor diweddaraf y Llywodraeth ar gadw pellter cymdeithasol ac ymriadau eraill i reoli lledaeniad y feirws.

Pam mae profion gwrthgyrff yn cael eu cynnig?

Diben y rhaglen profion gwrthgyrff bresenol yw gweld a yw'r unigolion a gaiff eu profio wedi cael eu heintio â COVID-19 a gwella ein dealltwriaeth o'r ffordd y caiff y feirws ei drosglwyddo yng Nghymru.

Ar gyfer y rhai sy'n cael eu dewis ar gyfer profion gwrthgyrff fel rhan o'r rhaglen brofi gyfyngedig gychwynnol, byddwn yn aillgynnal y profion ar ôl diwedd y tymor. Bydd ailbrofi'r set wreiddiol o unigolion a gafodd brawf positif yn darparu gwybodaeth am ba mor hir y bydd unigolyn yn parhau i gael canlyniad positif. Bydd ailbrofi'r unigolion a gafodd brawf negatf yn ein helpu i ddeall y cyfnod pan fydd y gwrthgyrff yn datblygu ac yn dod yn ganfyddadwy yn y gwaed.

Sut y mae gwybod a fyddaf yn cael gwahoddiad i gael prawf gwrthgyrff?

Bydd y rhaglen profion gwrthgyrff yn cynnwys sampl o'r staff ysgol sydd wedi bod yn gweithio yn yr hysbyddau addysg yn rhod cymorth i blant gweithwyr hanfodol a phlant agored i niwed yn ystod y pandemig. Rydym ond yn profi sampl gan nad oes angen i ni brofi pawb er mwyn gweld pa mor gyffredin yw'r feirws mewn lleoliadau addysg.

Bydd eich gyfnewydd addysg yn gweithio gyda'r bwrdd lleol i benderfynu pwy a gaiff eu gwahodd i gael prawf fel rhan o'r rhaglen hon, a phryd. Ni chaff profion eu cynnal ar gais unigolion, ac os bydd hyn yn gweithio mewn lleoliad addysg ac am gael gwybod mwy, dylech ofyn i'ch cyflogwr am wybodaeth.

Os nad ydych yn perthyn i un o'r grŵpiau blaenoriaeth hyn ac nad ydych wedi cael eich gwahodd i gael prawf, peidiwch â chysylltu â'ch Bwrdd Iechyd Lleol i ofyn am brawf gwrthgyrff ar hyn o bryd.

Os caf brawf gwrthgyrff, sut y caiff y data eu defnyddio?

Caiff yr wybodaeth ei defnyddio i wrwmp profion gwrthgyrff arbenigol. Mae'r grŵp hwn yn arwain y gwaith o ddatblygu dull ydy Nghymru o ddefnyddio mwy o brofion gwrthgyrff yn y dyfodol, gan gynnwys ehangu'r profion gwrthgyrff i gynnwys grŵpiau blaenoriaeth eraill. Hyd nes y bydd ein dealltwriaeth o'r feirws yn datblygu, bydd y prawf yn ddefnyddiol tu hwnt fel ffynhonnell o ddata gwylriadwriaeth er mwyn mapio pa mor bell y mae'r feirws wedi lledaenu ymhlith y boblogaeth.

Beth mae canlyniad positif yn ei olygu?

Os ydych wedi dod i gysylltiad â COVID-19, mae'n bosibl eich bod wedi datblygu gwrthgyrff. Mae canlyniad positif yn golygu eich bod, fwy na thebyg, wedi cael y coronafeirws yn y gorffennol.

Mae'n bwysig cofio nad yw prawf positif (canfod gwrthgyrff) yn golygu eich bod o reidrwydd wedi'ch heintio gan rhag cael eich ailheintio, ac mae'n bosibl y gallech gweld eich chidolgelu COVID-19 eto.

Beth mae canlyniad negatf yn ei olygu?

Gallai gymryd mwy na phythefnos i gael ymateb gwrthgyrff ar ôl dod i gysylltiad â COVID-19. Felly, gallai canlyniad negatf olygu naill ai nad ydych wedi cael eich heintio neu eich bod yn y cyfnod cyn i'ch corff allu cynhyrchu ymateb gwrthgyrff.

Gallai canlyniad negatf hefyd olygu y gallech fod wedi cael y coronafeirws ond nad oes gennych wrthgyrff canfyddadwy.

Pam mae'n rhaid imi lofnodi ymwadiad cyn i'r prawf gael ei gynnal?

Bydd disgwyl ichi lofnodi ymwadiad cyn eich prawf gwaed, er mwyn sicrhau eich bod wedi deall beth deall beith bydd canlyniadau'r prawf yn ei olygu. Os na fyddwch am gael y prawf ar ôl ei drafod â'r gweithiwr gofal iechyd, gallwch wrthod ei gael.

I ble y caiff y canlyniadau eu hanfon?

Caiff y canlyniadau naill ai eu rhoi ichi pan gaiff y prawf ei gynnal, neu cânt eu hanfon atoch drwy wasanaeth neges destun. Gallwch ddisgwyl cael canlyniad eich prawf o fewn saith diwrnod; peidiwch â ffonio i ofyn am y canlyniad cyn hyn.

Caiff yr holl ganlyniadau eu hychwanegu at eich cofnod meddygol hefyd.

Er gwaethaf canlyniad y prawf gwrthgyrff, os byddwch yn datblygu symptomau COVID-19 unrhyw bryd (twymyn, peswch, newid yn eich gallu i flasu ac arogleuo), rhaid ichi roi gwybod i'ch cyflogwr, cael prawf swabiaiu a hunanynysu nes bydd y canlyniadau yn hysbys. Rhaid ichi barhau i hunanynysu o ddechrau'r symptomau am 7 diwrnod os bydd canlyniadau eich swabiaiu yn positif.

Olrhain cysylltiadau

Beth yw diben olrhain cysylltiadau?

Mae olrhain cysylltiadau yn ddull dibynadwy o reoli lledaeniad clefydau heintus. Bydd hefyd yn ein helpu i ddeall sut y caiff y clefyd ei drosglwyddo o un person i'r llall. Gwnaethom ddefnyddio proses olrhain cysylltiadau yn ystod cam 'cyfyngu' ein hymateb i'r coronafeirws. Mae olrhain cysylltiadau bellach yn rhan hanfodol o'n strategaeth Profi, Olrhain, Diogelu.

Ers dechrau mis Mehefin, mae proses olrhain cysylltiadau wedi bod ar waith ledled Cymru, a bydd angen ei chynnal ar lefel swyddol, a hynny o bosibl am y flwyddyn nesaf neu nes bod brechlyn wedi cael ei ddarganfod.

Beth fydd yn digwydd os cewch gadarnhad eich bod wedi dod i gysylltiad â'r feirws?

Os byddwch wedi cael prawf antigenau positif (sy'n cadarnhau bod y feirws arnoch ar y pryd), bydd gwasanaeth Profi, Olrhain, Diogelu GIG Cymru yn cysylltu â chi. Bydd y swyddog olrhain cysylltiadau'n gofyn ichi am fanylion eich cysylltiadau agos diweddar, yn esbonio beth mae hyn yn ei olygu ac yn eich tywys drwy'r broses. Ystyr cysylltiad agos yw:

- rhywun sydd wedi bod o fewn 1 metr i chi ac sydd wedi cael sgwrw wyneb yn wyneb neu gyflwm i'r gweithiwr croen wrth groen â chi, rhywun rydych wedi pesychu arno, neu rywun sydd wedi bod mewn mathau eraill o gysylltiad â chi o fewn 1 metr am 1 munud neu fwy
- rhywun sydd wedi bod o fewn 2 fetr ichi am fwy na 15 munud
- rhywun sydd wedi teithio yn yr un cerbyd â chi – neu wedi eistedd yn agos atoch ar drafnidiaeth gyhoeddus

Beth fydd yn digwydd os cewch gadarnhad eich bod wedi dod i gysylltiad â'r feirws?

Os cewch gadarnhad eich bod wedi dod i gysylltiad â'r feirws, byddwch yn wynebu mwy o risg o ddal y clefyd a'i drosglwyddo i bobl eraill. Bydd y swyddog olrhain cysylltiadau'n cysylltu â chi ac yn gofyn ichi hunanynysu am 14 diwrnod.

Nid oes angen i aelodau o'ch teulu hunanynysu, ond dylent ddilyn y canllawiau cyffredinol ar gadw pellter cymdeithasol ac osgoi cysylltiad â chi tra byddwch yn hunanynysu gartref.

Gofynnir ichi hefyd fonitro eich symptomau er mwyn ichi gael prawf cyn gynted â phosibl os bydd angen.

Mae amrywiaeth o rymorth ar gael i unigolion y gofynnir iddynt i bennig os ydynt yn agored i niwed, ac i gyflogwyr lle mae olrhain cysylltiadau'n effeithio ar barnhad busnes.

Wrth i'r cyfyngiadau symud gael eu llacio'n raddol, bydd yn hanfodol gweithredu'n gyflym i adnabod achosion o'r rhag cael achosion ac ynysu'r rhai a allai fod wedi'u heintio er mwyn atal y clefyd rhag lledaenu ac osgoi ail don.

Nid gorfodi na chadw llygad yw nod y broses olrhain cysylltiadau – y bwriad yw diogelu eich iechyd y bobl a ddaw i gysylltiad â chi.

Beth fydd yn digwydd os bydd clwstwr o achosion?

Os bydd un achos positif o COVID-19 ymhlith disgyblion a/neu staff yna bydd y broses olrhain cysylltiadau leol yn dechrau er mwyn cyfyngu ar ledaeniad y feirws cymaint â phosibl.

Diffinnir clwstwr yn y cyd-destun hwn fel dau neu fwy o achosion o COVID-19 mewn un lleoliad ysgol. Os bydd clwstwr o achosion mewn lleoliad, caiff cymorth ymateb cyflym ei roi i ddechrau am eich tîm Profi, Olrhain, Diogelu a fydd yn casglu gwybodaeth am yr achosion.

Bydd cyfarfod brys dan arweiniad Tim Rheoli Achosion yn debyg o gael ei alw i reoli'r achosion a helpu'r ysgol/lleoliad. Bydd unigolion allweddol sydd eu hangen i ymchwilio a rheoli'r sefyllfa yn cael eu gwahodd i'r cyfarfod er mwyn ystyried pa addasiadau a chamurau gweithredu, megis ynysu neu brofion ehangach, y dyllid eu hysgryd. Bydd profi grŵp ehangach yn dibynnu ar y dadansoddiad rhyng ar y mesurau diogelwch cysylltiedig a roddir ar waith yn yr amgylchedd dan sylw.

Ar wahân i hyn, bydd y bwrdd iechyd lleol yn cynnal profion antigenau ar gyfer pawb yn y 'swigod' (grŵpiau bach a chyson o 8 ar y mwyaf) y mae'r achosion wedi effeithio arnynt. Bydd pawb yn yr ysgol yn cael eu profi os canfuwyd na chafodd canllawiau Llywodraeth Cymru i ysgolion eu dilyn.

Bydd gwasanaeth Profi, Olrhain, Diogelu GIG Cymru, mewn partneriaeth â Byrddau Iechyd Lleol, yn cyflwyno profion antigenau yn gyflym er mwyn helpu gydag achosion mewn ysgolion/ lleoliadau. Gallai hyn fod drwy ddefnyddio Unedau Profi Symudol neu unedau profi ategol a llwybrau gollngw a chasglu dros dro.

Darlennwch fwy o **wybodaeth am brofi ac olrhain cysylltiadau yng Nghymru**.

Adrodd am unrhyw beth sy'n bod gyda'r dudalen hon

🔍 Rhannu'r dudalen hon

📄 Nôl i dop y dudalen

Cysylltu â ni Hygyrchedd Datganiad hawffraint Cwcis Preifatrwydd Telerau ac amodau