WHC (2018) 041

CYLCHLYTHYR IECHYD CYMRU

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Dyddiad Cyhoeddi : 5 Tachwedd 2018

STATWS: GWEITHREDU

CATEGORI: LLYTHYR GWEITHWYR IECHYD PROFFESIYNOL

Teitl: Codi Ymwybyddiaeth o Wenwyn Carbon Monocsid a'r Camau Gweithredu y mae angen i Weithwyr Iechyd Proffesiynol eu Cymryd

Dyddiad dod i ben / Dyddiad yr Adolygiad: Amh.

I'w weithredu gan:
Meddygon
Fferyllwyr
Galw Iechyd Cymru
Prif Weithredwyr BILl
Cyfarwyddwyr Meddygol BILl
Cyfarwyddwyr Gweithredol Nyrsio BILl
Prif Weithredwr Ymddiriedolaeth GIG Felindre
Prif Weithredwr Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwlans Cymru

Er Gwybodaeth i:
Prif Weithredwyr yr Awdurdodau Lleol
Cyfarwyddwyr Diogelu'r Cyhoedd, yr Awdurdodau Lleol
Prif Weithredwr CLlLC
Prif Weithredwr Iechyd Cyhoeddus Cymru
Darparwyr Tai Cymdeithasol

Angen Gweithredu gan:
Gweler yr adran "Cyngor" a "Camau Gweithredu Angenrheidiol"

Anfonwr:
Y Prif Swyddog Meddygol a'r Prif Swyddog Nyrsio

Enw(au) Cyswllt yng Ngrŵp IGC Llywodraeth Cymru :
Chris Brereton, Prif Swyddog Iechyd Amgylcheddol, Llywodraeth Cymru, Parc Cathays, Caerdydd, CF10 3NQ
Chris.brereton@wales.gsi.gov.uk
Ffôn: 029 2082 3618

Dogfennau amgaeedig : Llythyr oddi wrth y Prif Swyddog Meddygol a'r Prif Swyddog Nyrsio, ac Algorithm

Annwyl gydweithwyr,

Ar drothwy tymor y gaeaf, wrth i systemau gwresogi ddechrau cael eu defnyddio'n rheolaidd eto, credwn ei bod yn bwysig atgoffa gweithwyr iechyd proffesiynol am y risgiau sy'n gysylltiedig â gwenwyn carbon monocsid (CO).

Mae gwenwyn CO yn rhoi pwysau y gellid ei osgoi ar iechyd a gwasanaethau iechyd yng Nghymru. Gall fod yn broblem ddifrifol sy'n peryglu bywydau – mae'n broblem lechwraidd sydd â symptomau ac arwyddion sy'n anodd eu hadnabod.

Symptomau

Gall symptomau Gwenwyn CO fod yn amwys ac yn amhenodol, ond y maent yn cynnwys cur pen (sef y symptom mwyaf cyffredin), blinder, cyfog, chwydu, pendro, nam gwybyddol, niwed niwrolegol hirdymor, confylsiynau, mynd yn anymwybodol a marwolaeth. Gellir drysu rhwng gwenwyn CO cronig lefel isel ac afiechydon eraill megis ffliw a gwenwyn bwyd.
Y cleifion sydd fwyaf tebygol o fod â gwenwyn CO yw'r rhai sy'n cael eu gweld ar ôl hanner nos neu yn gynnar yn y bore, a'r rhai sydd hefyd wedi llewygu. Mae risgiau i iechyd yn sgil dod i gysylltiad â CO yn fwy cyffredin yn ystod misoedd y gaeaf pan ddefnyddir offer gwresogi nad ydynt yn gweithio'n iawn.

Cyngor a Chamau Gweithredu Angenrheidiol

Mae'n bwysig cofio bod angen dod o hyd i ffynhonnell unrhyw achos o wenwyn CO er mwyn atal rhagor o niwed. Gall gwenwyn CO effeithio ar bobl eraill sy'n byw yn y cartref, neu bobl sy'n byw mewn cartrefi cyfagos. Os ydych yn trin achos o wenwyn CO, neu achos a amheuir o fod yn wenwyn CO, dylech roi gwybod i Dîm Diogelu Iechyd Amgylcheddol Iechyd Cyhoeddus Cymru ar **0300 003 0032** neu gysylltu â'r gwasanaeth rheoli ambiwlans y tu allan i oriau swyddfa (gweler yr algorithm yn ATODIAD A http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/Cyfieithiad%20-%20PHW%20CO%20algorithm%20DRAFT%20Cym%20Oct%202016.pdf

gan weithredu yn yr un modd ag y byddech yn gwneud petaech yn trin achos o glefyd heintus.

Gellir cael cyngor manwl am ymchwiliadau i wenwyn CO gan TOXBASE (https://www.toxbase.org/) neu'r Gwasanaeth Gwybodaeth Cenedlaethol am Wenwynau (NPIS) (ffôn 0344 8920111).

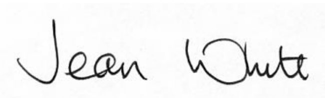
Gwybodaeth Bellach

Mae gwybodaeth bellach i'w gweld ar wefannau Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru:
http://gov.wales/topics/health/protection/environmental/carbon/?lang=cy

http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/tudalen/82634

Yn gywir

DR FRANK ATHERTON
Prif Swyddog Meddygol/Cyfarwyddwr Meddygol, GIG Cymru
Chief Medical Officer/Medical Director NHS Wales



PROFESSOR JEAN WHITE CBE
Prif Swyddog Nyrsio – Cyfarwyddwr Nyrsio GIG Cymru
Chief Nursing Officer – Nurse Director NHS Wales

Atodiad A

Amlygiad tybiedig i garbon monocsid (CO) :
arweiniad i'w ddefnyddio gan Adrannau Brys ysbytai a safleoedd gofal sylfaenol

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Cwyn a gyflwynir
Cur pen, cyfog/chwydu, syrthni, chwildod, dyspnoea, poenau yn y frest, codymau, symptomau niwrolegol, 'wedi blino drwy'r amser'

Ystyriaethau

Os byddwch yn amau yna gofynnwch i'r claf:

C Cydbreswylwyr/cymdeithion
A oes rhywun arall yn yr eiddo sy'n cael eu heffeithio (yn cynnwys anifeiliaid anwes?

A Yn yr awyr agored
Ydi'r symptomau'n gwella pan fyddwch y tu allan i'r adeilad? ('yn well y tu allan')

C Cynnal
Mwy na blwyddyn ers i'r cyfarpar gwresogi/boeleri gael gwasanaeth?

L Larwm
Ydi eich larwm CO wedi ei actifadu?

Oes/ydi i unrhyw un o'r rhain

Amlygiad Difrifol neu Gronig

1. **Dilynwch GYNGOR TOXBASE** o ran symptomau, arwyddion a rheolaeth achosion difrifol a chronig gwenwyniad CO. www.toxbase.org

Ar gyfer AMLYGIADAU DIFRIFOL, mae TOXBASE yn cymeradwyo OCSIGEN LLIF DWYS ac, os mewn gofal sylfaenol, atgyfeiriad brys i ysbyty.

Bydd hanner oes carboxyhaemoglobin yn cael ei leihau gan weinyddiad ocsigen ategol o ddwysedd uchel.

2. Cysylltwch â'r Gwasanaeth Gwybodaeth ar Wenwynau Cenedlaethol 0344 892 0111
3. *PEIDIWCH Â* gadael i'ch claf fynd adref nes y bydd ffynhonnell debygol y CO wedi ei reoli

Na i'r cwbl

Yn llai awgrymus o wenwyniad CO

Yn dal yn glinigol amheus? → Amlygiad Difrifol neu Gronig

Os byddwch yn amau amlygiad i CO mae'n rhaid i chi hysbysu Tîm Diogelu Iechyd Amgylcheddol Iechyd Cyhoeddus Cymru ar 0300 00 300 32 (oriau swyddfa) neu drwy reolaeth ambiwlans (24 awr)

Cofiwch lenwi hysbysiad ar-lein wedi i chi drafod yr achos â'r Tîm Diogelu Iechyd. Mae ar gael ar: www.publichealthwales.org/environmental-incident-form

---

Gall gwenwyn carbon monocsid ddynwared cyflyrau fel y ffliw, meigryn, gwenwyn bwyd, cur pen oherwydd tensiwn ac iselder. Cur pen yw'r symptom mwyaf cyffredin: ***YSTYRIWCH CO!***

Ffynonellau Carbon monocsid

Gall CO fod yn y cartref, yn y car, gweithle neu mewn pebyll neu garafanau. Y ffynonellau mwyaf cyffredin yn y cartref yw teclynnau gwresogi a choginio sy'n defnyddio nwy, olew, golosg a choed.

Gall gwenwyno ddigwydd ym mhob grŵp incwm a mathau o dai. Gall CO ollwng i mewn i dai o eiddo cymdogol. Merched beichiog, plant ifanc, yr henoed a'r rheiny sy'n gaeth i'r tŷ sydd mewn perygl mwyaf.

Profi am amlygiad

Gallai profion anadl a gwaed fod yn amhendant o fewn oriau wedi i'r amlygiad ddod i ben: bydd lefelau CO yn y gwaed yn gwanhau gyda hanner-oes o oddeutu 6 awr.

Nid yw crynodiad arferol o carboxyhaemoglobin (COHb) yn gwrthbrofi gwenwyn CO oni bai bod y sampl wedi ei gymryd yn ystod neu'n fuan ar ôl i'r amlygiad ddod i ben.

Gweler TOXBASE a ffoniwch yr NPIS i gael dehongliad canlyniadau a chyngor manwl ar wenwyniad CO.

Os byddwch yn amau'n gryf fod yna wenwyniad CO, peidiwch ag aros am ganlyniadau, cysylltwch â'ch Tîm Diogelu Iechyd, Iechyd Cyhoeddus Cymru ar unwaith

Camau y bydd y Tîm Diogelu Iechyd yn eu cymryd i atal amlygiad pellach

- Hysbysu eraill (yn cynnwys y llinell gymorth nwy ar 0800 111 999)
- Ymchwilio ac asesu'r perygl o amlygiad i eraill
- Cymeradwyo camau i liniaru perygl
- Darparu cyngor ar atal
- Diweddaru'r claf a'r clinigwr

Mae camau clinigol dilynol yn bwysig oherwydd gallai canlyniadau pellach amlygiad cronig i CO fod wedi'u dileu, neu fe allai symptomau ysgafn barhau, lluosogi neu ddwysau

Dylid cymeradwyo prynu larwm CO clywadwy cymeradwy (sy'n cydymffurfio ag EN50291) i'w osod yn y cartref.