

Gwybodaeth i Gleifion ESBL (Beta-Lactamas Sbectrwm Estynedig)

Y Tîm Atal Heintiau

Beth yw ESBL?

ESBL ydy Beta-Lactamas Sbectrwm Estynedig. Mae Beta-lactamas yn ensym a gynhyrchir gan facteria (germ) sy'n dadelfennu mathau penodol o wrthfotigau.

Fe'i cofnodwyd gyntaf yn Ewrop ym 1983. Mae bacteria sy'n cynhyrchu ESBL yn gwrthsefyll rhai o'r gwrthfotigau a ddefnyddir i drin haint pan fydd yn digwydd. Mae'r gwrthsefyll hwn yn ei gwneud yn anos trin haint.

Gall heintiau gan facteria sy'n cynhyrchu ESBL ddigwydd yn bennaf mewn wrin, ond gall hefyd heintio clwyfau, y frest neu'r gwaed. Weithiau gall y bacteria hyn fod yn eich corff (yn eich perfedd fel arfer) heb eich gwneud yn sâl. Gelwir hyn yn gyntref yn lle haint, gan eich bod yn teimlo'n dda heb unrhyw arwyddion na symptomau haint.

Ymddengys mai cleifion mewn ysbytai sy'n wynebu'r risg fwyaf o gael yr haint hwn.

Sut ces i ESBL?

1. Gall triniaethau blaenorol gynyddu ymwrthedd o bryd i'w gilydd ac achosi i'r bacteria gynhyrchu'r ensym ESBL.
2. Gan bobl eraill sydd eisoes yn cario'r bacteria.
3. O ddwylo pobl eraill neu weithwyr gofal iechyd nad ydynt wedi golchi eu dwylo'n briodol ar ôl cyswllt uniongyrchol â chlaf heintiedig neu'r amgylchedd a chyfarpar y maent yn eu defnyddio.

Alla i ei ledaenu i bobl eraill?

Mae pobl yn yr ysbyty mewn mwy o berygl o ddatblygu haint oherwydd bod mecanweithiau amddiffyn y corff eisoes wedi'u gwanhau gan salwch, llawdriniaeth, cyffuriau a gweithdrefnau.

Efallai y cewch eich trosglwyddo i ystafell sengl yn dibynnu ar eich sefyllfa. Gall staff yr ysbyty wisgo menig a ffedogau wrth gyflawni tasgau yn eich ystafell.

Arferion golchi dwylo da neu ddefnyddio ewyn alcohol ymhlith staff, ymwelwyr a chleifion yw'r dulliau ataliol gorau rhag croes-heintio.

Oherwydd y gallai fod cleifion sy'n arbennig agored i niwed mewn ysbytai, mae'n bwysig nad ydych yn ymweld â chleifion mewn rhannau eraill o'r ward nac yn yr ysbyty.

Oes triniaeth ar gael?

Er eu bod yn gwrthsefyll llawer o'r gwrthfotigau arferol, mae opsiynau triniaeth yn dal ar gael pe bai'r haint yn digwydd.

Nid oes rhaid i bobl aros yn yr ysbyty nes bod y bacteria sy'n cynhyrchu ESBL yn clirio. Byddwch yn gallu mynd adref pan fydd eich cyflwr cyffredinol yn caniatáu hynny, waeth p'un ai yw ESBL yn dal arnoch ai peidio.

Beth am fy ymwelwyr?

Gofynnir i ymwelwyr ddefnyddio'r ewyn alcohol wrth fynd i mewn ac wrth adael y ward.

Peidiwch â gadael i ymwelwyr eistedd na gorwedd ar eich gwely.

Cynghorir ymwelwyr i beidio â mynd i mewn i'r ward os oes arnynt beswch, annwyd neu'r dolur rhydd, os ydynt yn chwydu, os oes ganddynt glwyfau agored neu anafiadau i'r croen sy'n diferu.

Beth sy'n digwydd pan af i adref?

Os oes gennych glwyf, efallai y cewch eich rhyddhau o'r ysbyty cyn i'ch haint wella'n llwyr. Efallai y gofynnir i'r nyrsys cymunedol roi sylw i'ch dresin gartref.

Os ydy'ch clwyf yn mynd yn goch, yn chwyddo neu'n diferu neu os yw'r dwymyn arnoch, cysylltwch â'ch meddyg teulu.

Ni fydd yr haint yn effeithio ar eich teulu na'ch ffrindiau pan fyddwch chi gartref. Mae hylendid personol a glanhau cartref fel yr arfer yn ddigonol. Nid oes angen cyfyngiadau ar weithgareddau nac ymwelwyr.

Unrhyw wybodaeth arall

Os oes gennych unrhyw gwestiynau o hyd ynghylch ESBL neu unrhyw faterion atal a rheoli heintiau, gofynnwch i'r Nyrs sy'n gofalu amdanoch gysylltu â'r nyrs atal a rheoli heintiau a fydd yn ymweld â chi ar y ward.

**“Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg /
This document is available in English”.**