

Gwybodaeth i Gleifion

Glwtamad dehydrogenas (GDH)

Tîm Atal Heintiau

Beth yw GDH?

GDH yw'r byrfodd am Glwtamad dehydrogenas, sef cemegolyn sydd i'w gael yn y bacteria *Clostridium difficile*, a elwir yn fwy cyffredin yn C diff.

Anfonodd y gweithiwr proffesiynol gofal iechyd sy'n gofalu amdanoch sampl o garthion i weld os ydy'r bacteria *C. difficile* yn eich perfeddyn. Os bydd yno, ai hyn sy'n achosi eich dolur rhydd.

Er mwyn gwirio am hyn, cynhelir y profion fesul dau gam. Cam cyntaf y prawf yw edrych am bresenoldeb GDH.

Beth yw ystyr GDH positif gwenwyn-negatif?

Fel y disgrifiwyd uchod, bydd prawf cyntaf y sampl yn edrych am y cemegolyn GDH. Os ceir hyd i'r cemegolyn, gelwir y canlyniad yn "**GDH positif**". Mae hyn yn golygu bod *C difficile* yn debygol o fod yn bresennol yn y perfeddyn a chynhelir ail brawf i weld os ydy'r *C difficile* yn "actif" ac yn debygol o achosi eich haint.

Os bydd yr ail brawf yn dangos **nad oes gennych** y gwenwyn 'actif' yn bresennol, mae hyn yn golygu eich bod yn "**wenwyn negatif**" ac **nad oes gennych** haint *C difficile*, ond efallai eich bod yn 'cario' y bacteria yn eich perfeddyn ac ar yr adeg hon, nid hwn yw achos eich dolur rhydd.

Os ydy hyn yn wir, mae eich dolur rhydd yn debygol o fod yn cael ei achosi gan bethau eraill e.e. gwrthfotigau neu feddyginiaeth arall. Fodd bynnag, os bydd y dolur rhydd yn parhau, mae'n bosibl y bydd angen ail brofi samplau pellach am y gwenwyn *C difficile*. Felly, ystyr "GDH positif gwenwyn negatif" yw bod gennych y cemegolyn GDH ond ei fod yn *C diff* gwenwyn negatif.

Beth sy'n digwydd nesaf?

Os mai canlyniad GDH positif yn unig a ganfuwyd, bydd eich meddyg yn adolygu eich meddyginiaeth ac yn gwneud unrhyw newidiadau angenrheidiol, yn arbennig i'r gwrthfotigau. Gallan nhw fod yn achosi'r bacteria *C difficile* i ddechrau cynhyrchu gwenwyn a bod yn "actif".

Nid yw'r mwyafrif o gleifion angen triniaeth ar gyfer canlyniad GDH positif. Fodd bynnag, os bydd eich symptomau'n ddifrifol iawn, mae'n bosibl y bydd eich meddyg yn penderfynu rhoi triniaeth i chi.

Rhagofalon rheoli heintiau

Er eu bod yn meddwl eich bod yn "gludwr" *C difficile* yn hytrach na bod gennych haint "actif" (h.y. mae'n annhebygol mai *C difficile* sy'n achosi eich symptomau), mae'n dal i fod yn bosibl i'r bacteria yn eich perfeddyn ledaenu i bobl eraill ac yna gallan nhw gynhyrchu gwenwyn actif ac achosi haint/ symptomau. Mae hyn oherwydd y gall y bacteria o'ch perfeddyn ledaenu yn yr amgylchedd, gan halogi arwynebeddau gwastad, cyfarpar, ystafelloedd ymolchi, toiledau a chawodydd ayyb. Mae hyn yn fwy o risg pan fydd person yn dioddef gan ddolur rhydd.

I osgoi lledaenu bacteria, mae mesurau glanweithdra tyn a glanhau trwyadl yn hanfodol.

D.S. I osgoi lledaenu bacteria, bydd gweithwyr gofal iechyd yn gwisgo ffedog a menig wrth ofalu amdanoch. Byddan nhw hefyd yn golchi eu dwylo gyda sebon a dŵr cyn ac ar ôl eich trin neu ofalu amdanoch.

Beth alla i ei wneud i helpu?

- Mae'n bwysig yfed digon hyd nes i'r dolur rhydd orffen, i arbed i chi ddadhydradu.
- Mae golchi eich dwylo **gyda sebon a dŵr** yn hynod bwysig.
- Dylech olchi eich dwylo gyda sebon a dŵr a'u sychu'n ofalus ar ôl defnyddio'r toiled a chyn bwyta, yfed neu gymryd meddyginiaethau.
- Mewn ysbyty, bydd cleifion sy'n GDH positif ac sy'n dioddef gan ddolur rhydd yn derbyn gofal mewn ystafell sengl gyda chyfleusterau en-suite neu eu toiled neu gomôd penodedig eu hunain.
- Bydd disgwyl i chi aros yn yr ystafell sengl hyd nes i chi beidio â chael dolur rhydd am o leiaf 48 awr a bod eich perfeddyn yn ôl yn normal i chi.

Sut gall fy ymwelwyr ddiogelu eu hunain wrth ymweld?

- Gofynnir i ymwelwyr olchi eu dwylo gyda sebon a dŵr wrth fynd i mewn a gadael yr ystafell sengl.
- Ar ôl iddyn nhw ymweld â chi, gofynnir iddyn nhw beidio ag ymweld ag unrhyw fan arall o fewn yr ysbyty yn ystod yr un ymweliad. Os byddan nhw angen ymweld ag unrhyw fannau eraill yn y lleoliad gofal iechyd, byddai'n well iddyn nhw wneud hynny cyn ymweld â chi.
- Dylai ymwelwyr olchi eu dwylo gyda sebon a dŵr ar ôl ymweld â'r toiled, cyn bwyta/ yfed a chyn paratoi bwyd neu gymryd meddyginiaethau eu hunain.
- Mae'n bwysig nad yw ymwelwyr yn dod â bwyd a diod wrth ymweld.

- Nid oes yn rhaid i ymwelwyr wisgo menig a ffedogau wrth ymweld heblaw eu bod yn cynnig gofal uniongyrchol i chi.
- Ni ddylai ymwelwyr ymweld os ydyn nhw'n sâl neu wedi cael dolur rhydd yn ddiweddar.
- Dylai ymwelwyr beidio ag eistedd ar welyau ysbytai wrth ymweld.
- Dylai ymwelwyr ddilyn unrhyw gyfyngiadau ymweld gan y gall y rhain helpu staff i sicrhau bod y ward yn cael ei lanhau'n drwyadl drwy'r dydd.

Mae'n ddoeth cynnal y rhagofalon glanweithdra dwylo canlynol yn y cartref, hyd yn oed os nad oes gennych haint

- Golchwch eich dwylo gyda sebon a dŵr a'u sychu'n drwyadl ar ôl defnyddio'r toiled, cyn paratoi bwyd a bwyta/ yfed neu gymryd meddyginiaethau.
- Cadwch ystafelloedd ymolchi, cawodydd a thoiledau gan gynnwys tapiau, drysau toiled, dolenni fflysio toiled ayyb yn lân.
- Dylid rhoi sedd/ caead y toiled i lawr cyn fflysio i leihau'r halogiad yn yr ystafell.
- Peidiwch â rhannu eitemau glanweithdra personol fel brwsys dannedd a thyweli gydag aelodau eraill y teulu.

Rhagofalon arbennig

Dylid dilyn y rhagofalon canlynol pan fyddwch chi'n dioddef gan ddolur rhydd a hyd nes i chi basio carthion sy'n normal i chi.

- Dylid golchi dillad ar dymheredd mor uchel ag sy'n bosibl, yn unol â chyfarwyddiadau'r gwneuthurwyr a naill ai eu sychu mewn peiriant neu eu smwddio. Yn ddelfrydol, ni ddylid golchi eich dillad gyda dillad aelodau eraill y teulu. Tra yn yr ysbyty, bydd staff yn rhoi bagiau arbennig i ymwelwyr i fynd â'ch dillad golchi adref. Gall y bagiau gael eu gosod yn uniongyrchol i mewn i'r peiriant golchi, tynnu yn dilyn y cylch golchi a'i waredu fel gwastraff arferol wedyn.
- Nid oes angen cyfyngu ar ymweliad gan eich teulu a ffrindiau wrth i chi wella. Gallwch eu hannog i ddilyn arferion glanweithdra da gan gynnwys golchi eu dwylo a fydd yn lleihau'r risg iddyn nhw.

Cyngor/ Gwybodaeth bellach

Os bydd gennych unrhyw gwestiwn, neu eich bod angen m wy o wybodaeth, gallwch siarad â'ch meddyg neu eich nyrs.

Neu, mae'n bosibl y byddwch chi'n dymuno trefnu siarad â nyrs Atal Heintiau. Os felly, gofynnwch i'r gweithiwr proffesiynol gofal iechyd sy'n gofalu amdanoch i drefnu hyn. Mae'n bosibl y byddwch chi'n dymuno cysylltu â'r nyrs Atal Heintiau ar un o'r rhifau canlynol:.

Ysbyty Brenhinol Gwent ac Ysbyty Gwynllyw 01633 238101

Ysbyty Nevill Hall ac Ysbyty Ystrad Fawr 01873 732048

Ysbytai Cymuned 07903 324603

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