Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan University Health Board

Gwybodaeth Gymunedol Ar gyfer Cleifion yn eu Cartrefi eu Hunain Staffylococws Awrëws sy'n gwrthsefyll Methicillin (MRSA)

Y Tîm Atal Heintiau

Beth yw MRSA?

MRSA yw Staffylococws Awrëws sy'n gwrthsefyll Methicillin. Mae'n ficro-organeb neu'n 'fyg' sy'n gallu byw ar groen pobl lle nad yw fel arfer yn achosi problem. Os yw'n mynd i glwyfau, y poer neu'r wrin gall achosi haint. Nid yw'r gwrthfiotigau a ddefnyddir amlaf fel arfer yn ei ladd.

Sut ces i e?

Caiff MRSA ei basio drwy gyswllt, er enghraifft person â pherson neu o wrthrych i berson. Y ffordd bwysicaf o leihau'r risg o'i ledaenu yw drwy olchi a sychu eich dwylo'n drylwyr.

Beth bydd yn ei wneud i mi?

Efallai na fyddwch yn sylwi ar unrhyw wahaniaeth corfforol gan y gall MRSA fyw yn rhan fwyaf y llefydd yn y corff a pheidio ag achosi problem. Fodd bynnag, gall MRSA achosi haint yn eich clwyf, eich poer neu eich wrin. Gall arafu'r broses wella arferol.

Sut rydych chi'n gwybod fy mod wedi'i ddal?

Bydd wedi'i nodi drwy swab/sbesimen a anfonwyd i'r labordy microbioleg.

Sut galla i helpu i gael ei wared?

- Defnyddio meddyginiaeth os cewch bresgripsiwn.
- Ceisiwch wisgo dillad glân bob dydd a'u golchi ar y tymheredd uchaf a argymhellir ar gyfer y defnydd.
- Hylendid cyffredinol da a golchi dwylo h.y. golchwch eich dwylo:-
    - ar ôl bod yn y toiled;
    - cyn prydau bwyd.
    - cyn ac ar ôl cyffwrdd â'ch cathetr neu glwyf (os oes gennych chi rai).

- pan fo’ch dwylo'n amlwg yn fudr.

Oes modd ei drin?

Oes - gellir ei drin yn eithaf llwyddiannus gydag eli ar bresgripsiwn, sebon gwrthfacterol neu weithiau wrthfiotigau. Os nad yw'n achosi unrhyw broblemau i chi, efallai na fydd angen triniaeth.

Beth am fy ymwelwyr, fy nheulu a'm ffrindiau?

Fel arfer, nid yw MRSA yn peri risg i bobl iach.

A fydd y nyrs mewn perygl os yw’n ymweld?

Na fydd. Bydd y nyrs yn gwisgo ffedog a menig pan fydd yn rhoi sylw i chi ac yn glanhau ei dwylo'n drylwyr pan fydd wedi gorffen i atal trosglwyddo MRSA i gleifion eraill.

Oes rhaid i mi aros y tu mewn nes bod yr MRSA wedi mynd?

Nac oes. Dylech fyw bywyd normal a gwneud popeth y byddech yn ei wneud cyn i chi gael MRSA.

A yw'n dderbyniol i mi fod gartref yn hytrach nag yn yr ysbyty?

Ydy. Fel arfer, nid oes unrhyw risg i iechyd cyffredinol oherwydd MRSA. Os yw eich meddyg yn pryderu o gwbl am yr MRSA gall ofyn am gyngor gan yr ysbyty.

Os af i'r ysbyty, a ddylwn ddweud wrthynt am yr MRSA?

Dylech, oherwydd bod llawer o bobl sâl yn yr ysbyty a allai wynebu risg o ddal yr MRSA. Efallai y cewch ystafell eich hun nes daw canlyniadau'r swabiau yn ôl i weld a yw'r MRSA wedi mynd.

A ddylwn i gael fy llestri a'm cyllyll a ffyrc fy hun?

Na ddylech. Golchwch yr holl llestri teuluol mewn dŵr sebon poeth a sychwch nhw’n drylwyr.

I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â'r Nyrs Atal a Rheoli Heintiau Cymunedol.

Ysbyty Brenhinol Gwent 01633 – 238101
Ysbyty Nevill Hall 01873 - 732048

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