



Cyngor i Gleifion Organebau sy'n Ymwrthol i Gyffuriau Lluosog (MDRO) yn cynnwys *Enterobacteriaceae* (CPE)

Beth yw Organebau sy'n Ymwrthol i Gyffuriau Lluosog (MDRO)?

MDR gram negyddol yw bacteria (neu germau) sy'n ymwrthol i o leiaf dri o wahanol wrthfotigau. Mae MRSA (Meticillin resistant *Staphylococcus aureus*) yn organeb sy'n ymwrthol i gyffuriau lluosog, ond mae yna lawer o organebau eraill a all ddod yn ymwrthol ac mae'r wybodaeth hon yn trafod organebau cyffredin fel *Escherichia coli*, *Acinetobacter baumannii*, *Pseudomonas aeruginosa* ac organebau eraill **sydd wedi** dod yn ymwrthol i dri neu fwy o wrthfotigau. Gallech weld cyfeirio at yr organebau hyn fel Carbapenem Resistant Organisms (CRO), Carbapenem Resistant *Acinetobacter baumannii* (CRAB) neu'n syml MDRO.

Pam fod ymwrthedd lluosog i wrthfotigau o bwys?

Mae yna rai gwrthfotigau e.e. gwrthfotigau Carbapenem na ellir eu rhoi ond mewn ysbyty ac yn uniongyrchol i mewn i lif y gwaed. Hyd yn awr mae meddygon wedi dibynnu ar wrthfotigau arbennig i drin heintiadau sy'n arbennig o 'anodd' pan fydd gwrthfotigau eraill wedi methu â gwneud hynny. Mewn ysbyty lle mae yna lawer o gleifion sy'n agored i niwed, gall lledaeniad bacteria sy'n ymwrthol beri problemau. Os bydd y bacteria'n mynd i'r lle anghywir, fel y bledren, llif y gwaed neu archoll agored gallant achosi haint a allai fod yn anodd ei drin.

Oes angen trin cludiad MDRO neu heintiad ag o?

Os yw person yn gludwr MDRO fel *Enterobacteriaceae* sy'n cynhyrchu carbapenemase (a elwir weithiau'n CPE), does dim angen eu trin. Fodd bynnag, os yw'r bacteria wedi achosi haint yna bydd angen gwrthfotigau yn ôl cyngor gan Ficrobiologydd Ymgynghorol.

Sut allwn i 'godi' MDRO?

Gellir dod o hyd i'r bacteria hyn weithiau'n byw'n ddiniwed yng ngholuddion ac ar groen pobl a gelwir hynny'n 'gytrefu'. Gall fod yn anodd dweud pa bryd neu ym mhle y cawsoch chi o. Ond mae yna siawns cynyddol o godi'r bacteria hyn os buoch chi'n glaf mewn ysbyty dramor **neu** mewn ysbyty yn y Deyrnas Unedig lle mae yna gleifion sy'n cludo'r bacteria, **neu** os buoch chi mewn cysylltiad agos â chlodwr mewn ysbyty **neu** yn y gymuned **neu** os cawsoch chi gysiau mynych o wrthfotigau. Os oes unrhyw rai o'r rhain yn gymwys i chi, ac mae angen i chi gael eich derbyn i ysbyty, fe drefnir sgrinio ac ef allech gael eich rhoi mewn ystafell sengl o leiaf hyd nes y bydd canlyniadau'r profion yn hysbys.

Sut ofal fyddaf i'n ei gael yn yr ysbyty?

Mae'n bosib y cewch eich rhoi mewn ystafell sengl tra byddwch yn yr ysbyty ac os cewch eich derbyn ar unrhyw adeg wedi hynny. Mae'n bosib y gofynnir i chi ddarparu nifer o samplau i'w hanfon i'r labordy i wirio a ydych yn cario neu a oes gennych haint â'r bacteria. Mae'n debygol y cymerir y rhain yn wythnosol yn ystod eich arhosiad. Gall y samplau gynnwys swabiau e.e. y safle y bydd drip mewnwythiennol yn mynd i mewn i'r croen, swab rhefr h.y. sampl a gymerir drwy roi swab i mewn am fyr dro fymryn y tu mewn i'ch rectwm (pen ôl), a/neu sampl o ysgarthion. Efallai y cewch brofion hefyd os ydych chi wedi bod mewn cysylltiad agos â chlaf yn ystod eich arhosiad yn yr ysbyty a'r claf hwnnw yn ddiweddarach wedi'i ganfod i fod ag organeb ymwrthol. Fel arfer fe gewch wybod y canlyniadau o fewn dau i dri diwrnod ond ni fydd yr un o'r camau hyn yn llesteirio eich gofal mewn unrhyw ffordd.

Sut mae atal lledaeniad MDRO?

Os bydd claf mewn ysbyty'n cario'r bacteria hyn fe allan nhw fynd i mewn i amgylchedd y ward a chael eu pasio ymlaen gan gysylltiad uniongyrchol â chlaf arall. Am y rheswm hwnnw, mae'n bosib y cewch eich rhoi mewn ystafell sengl i helpu i atal lledaeniad. Mae'n rhaid i weithwyr gofal iechyd olchi a glanhau eu dwylo'n rheolaidd. Fe fyddan nhw'n defnyddio menig a ffedogau (neu ynau) wrth ofalu amdanoch chi. Y mesur pwysicaf i chi ei gymryd yw golchi eich dwylo'n dda â dŵr a sebon, yn enwedig ar ôl bod yn y toiled. Dylech osgoi cyffwrdd eich dyfeisiadau meddygol (os bydd gennych chi rai) fel tiwb eich cathetr wrin, unrhyw archoll a'ch drip mewnwythiennol, yn enwedig yn y pwynt lle mae'n cael ei roi i mewn yn y corff neu'r croen. Fe ofynnir i ymwelwyr lanhau eu dwylo wrth ddod i mewn ac wrth adael yr ystafell ac mae'n bosib y gofynnir iddyn nhw wisgo menig a ffedog (neu ŵn) yn enwedig os ydyn nhw'n helpu â'ch gofal.

Gall glanhau amgylcheddol effeithiol a hylendid dwylo da gan bawb, staff, cleifion ac ymwelwyr, leihau'r risg o ledaeniad yn sylweddol.

Beth am yr adeg y byddaf yn mynd adref?

Er bod yna siawns y gallech ddal i fod yn gludwr pan ewch chi adref, fe fydd hynny'n diflannu'n eithaf aml gydag amser. Nid oes angen unrhyw fesurau na thriniaeth arbennig; bydd unrhyw haint wedi cael ei drin cyn eich rhyddhau. Dylech fwrw ymlaen fel arfer gan gynnal hylendid dwylo da yn enwedig ar ôl defnyddio'r toiled. Os bydd gennych unrhyw bryderon efallai yr hoffech gysylltu â'ch Meddyg Teulu am gyngor.

Cyn i chi adael yr ysbyty, gofynnwch i'r doctor neu'r nyrs roi llythyr neu gerdyn i chi'n rhoi gwybod eich bod wedi dioddef haint neu eich bod wedi eich cytrefu yn y gorffennol/yn awr ag MDRO a pha MDRO a gawsoch chi. Bydd hynny'n ddefnyddiol o ran eich gofal yn y dyfodol ac mae'n bwysig eich bod yn gwneud staff iechyd a gofal cymdeithasol yn ymwybodol o hyn e.e. pan fyddwn yn mynd i apwyntiad cleifion allanol neu pan fydd y tîm nyrsio yn y gymuned yn ymweld â chi. Pe byddai i chi neu aelod o'ch teulu gael eich derbyn i ysbyty, dylech roi gwybod i staff yr ysbyty eich bod chi'n gludwr neu y buoch chi'n gludwr a dangos y llythyr/cerdyn iddyn nhw.

Ym mhle mae dod o hyd i fwy o wybodaeth?

Gofynnwch i'ch doctor neu eich nyrs esbonio hyn i chi'n fanylach. Fe allan nhw hefyd gysylltu â'r Tîm Atal a Rheoli Heintiau os bydd arnoch angen gwybodaeth bellach ar reolaeth MDRO a CPE.

Mae gwefan Iechyd Cyhoeddus Cymru a gwefannau Iechyd Cyhoeddus Lloegr yn ffynhonnell arall i gael gwybodaeth:

<http://www.hpa.org.uk/Topics/InfectiousDiseases/InfectionsAZ/CarbapenemResistance>

Cynhyrchwyd y wybodaeth honno Becyn Cymorth Iechyd Cyhoeddus Lloegr a chyda cyfeiriad at y 'Guideline: Prevention and control of multi-drug-resistant Gram-negative bacteria: recommendations from a Joint Working Party. APR Wilson et al. Journal of Hospital Infection 92 (2016) S1-S44'

<https://www.gov.uk/government/publications/carbapenemase-producing-enterobacteriaceae-early-detection-management-and-control-toolkit-for-acute-trusts>