Llywodraeth Cymru
Welsh Government

CWESTIYNAU CYFFREDIN AR GYFER STAFF IECHYD ASYMPTOMATIG SY'N GWNEUD PROFION LLIF UNFFORDD DDWYWAITH YR WYTHNOS

1. Beth yw profion staff asymptomatig?

O dan y strategaeth Profi Olrhain Diogelu, ac i gyflawni'r blaenoriaethau yn y strategaeth brofi, mae rhaglen genedlaethol wedi'i chyflwyno i brofi pob aelod o staff iechyd a gofal cymdeithasol sy'n ymdrin â chleifion a'r cyhoedd, ac sydd heb symptomau, ddwywaith yr wythnos gan ddefnyddio 'dyfeisiau llif unffordd'. Mae'r dyfeisiau hyn, y gellir eu defnyddio gartref, yn rhoi canlyniad mewn 30 munud.

2. **Pam ddylwn i gymryd rhan yn y rhaglen hon?**

Mae'r rhaglen hon yn cael ei chyflwyno er mwyn:

- Lleihau cyfraddau heintio yn eich cymuned
- Diogelu pobl sydd mewn mwy o berygl o gael eu heintio
- Atal a lleihau lledaeniad y feirws
- Darganfod pobl sy'n heintus ond sydd heb symptomau
- Sicrhau bod y system Profi Olrhain Diogelu yn gweithio yn fwy effeithlon gan y byddwch yn cael eich olrhain o'ch canlyniad prawf llif unffordd os yw'n bositif, pan fydd wedi'i uwchlwytho i'r porth

3. A wyf i'n gymwys i fod yn rhan o'r cynllun hwn ar gyfer staff iechyd a gofal cymdeithasol?

Mae profion llif unffordd ar gael i bob aelod staff sy'n gweithio ym maes iechyd a gofal cymdeithasol mewn swyddi sy'n ymdrin â chleifion neu'r cyhoedd.

4. **Oes rhaid imi gael prawf llif unffordd os oes gen i COVID-19, neu os wyf yn gwella ohono?**

Ni ddylech ddechrau cymryd rhan yn y cynllun profion llif unffordd ar gyfer staff heb symptomau os oes gennych COVID-19. Dylech aros 90 diwrnod ar ôl sylwi ar

symptomau neu ar ôl cael prawf positif cyn cymryd prawf llif unffordd i staff heb symptomau.

5. Pryd fydda i'n cael fy mhecynnau hunan-brawf llif unffordd?

Mae'r rhaglen yn cael ei chyflwyno gan Ymddiriedolaethau a Byrddau Iechyd, practisau gofal sylfaenol ac ysbytai annibynnol sy'n cymryd rhan yn y rhaglen, sy'n dosbarthu'r pecynnau profi i'w staff.

6. Sut fydda i'n cael fy asesu fel unigolyn sy'n gymwys i wneud hunan-brawf llif unffordd?

Cyn ichi ddechrau gwneud y prawf llif unffordd eich hun bydd angen ichi wylio'r fideo hyfforddiant. Y ddolen ar gyfer y fideo yw https://learninghub.nhs.uk/self-swab. Os nad ydych yn teimlo'n gymwys i wneud y prawf eich hun am ryw reswm, a'ch bod eisiau rhagor o gymorth, siaradwch gyda'ch rheolwr llinell.

7. Pa bryd yw'r adeg orau i gymryd y prawf?

Dylech brofi eich hunan ddwywaith yr wythnos, bob tri i bedwar diwrnod, i gyd-fynd â'ch patrymau shifftiau a'ch diwrnodau i ffwrdd. Er enghraifft, dydd Mercher a dydd Sul, neu ddydd Llun a dydd Iau. Dylech gymryd y prawf mewn da bryd cyn eich shifft i roi amser i'ch rheolwr ddod o hyd i rywun i wneud eich shifft os oes angen (e.e. y noson cyn eich shifft bore, neu'r bore cyn eich shifft prynhawn). Bydd angen ichi aros 30 munud ar ôl cymryd y prawf i ddarganfod y canlyniad. Gwnewch yn siŵr bod gennych ffôn clyfar neu ddull arall i gofrestru eich dyfais llif unffordd a chofnodi canlyniad eich prawf mewn 30 munud**.**

8. Sut ydw i'n uwchlwytho fy nghanlyniad prawf llif unffordd?

Dylech uwchlwytho eich canlyniad prawf llif unffordd drwy fynd i wefan gov.uk **http://www.gov.uk/report-covid19-result**

Mae cyflwyniad PowerPoint wedi'i amgáu sy'n esbonio'r broses gofnodi**.**

Ar gyfer pob prawf a wneir, mae'n hanfodol bod y ddyfais brofi wedi'i chofrestru a bod canlyniad y prawf (boed yn bositif, negatif neu'n annilys) yn cael ei gofnodi fel bod yr holl ganlyniadau'n cael eu cynnwys ar y system a bod modd **olrhain cysylltiadau ar gyfer achosion positif o COVID-19**.

- Mae'r dewisiadau ar gyfer staff sy'n gweithio i Ymddiriedolaethau a Byrddau Iechyd Lleol wedi'u hamlygu'n goch yn y PowerPoint
- Mae'r dewisiadau ar gyfer staff sy'n gweithio i Awdurdodau Iechyd Arbennig wedi'u hamlygu'n wyrdd yn y PowerPoint
- Mae'r dewisiadau ar gyfer staff sy'n gweithio mewn lleoliadau gofal sylfaenol wedi'u hamlygu'n las yn y PowerPoint atodedig
- Mae'r dewisiadau ar gyfer staff sy'n gweithio i ysbytai annibynnol wedi'u hamlygu'n borffor yn y PowerPoint atodedig
- Mae'r dewisiadau ar gyfer staff sy'n gweithio i Arolygiaeth Gofal Cymru (AGC) ac Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru (AGIC) wedi'u hamlygu'n llwyd yn y PowerPoint

Mae tudalen 3 y porth yn ymwneud â'ch cod post gwaith. Ar gyfer staff sy'n gweithio mewn gwahanol safleoedd neu leoliadau, trafodwch gyda'ch rheolwr llinell pa un yw'r cod post mwyaf addas i chi.

Mae gweddill y porth yn hunanesboniadol.

Mae'n hanfodol eich bod yn uwchlwytho eich canlyniad, pa un a yw'r canlyniad yn bositif, yn negatif neu'n annilys. Dilynwch y cyfarwyddiadau ar y porth yn dibynnu ar eich canlyniad.

9. Beth ddylwn i ei wneud os bydd fy mhrawf llif unffordd yn bositif?

Os byddwch yn cael canlyniad positif i brawf llif unffordd, mae'n hanfodol eich bod yn hunanynysu a threfnu prawf PCR dilynol ar unwaith:

- Dylai'r prawf PCR dilynol gael ei wneud o fewn 24 awr i'r prawf llif unffordd.

- Cynghorir eich bod yn cael prawf PCR dilynol gan ei fod yn cael ei brosesu mewn labordy sy'n golygu bod modd edrych ar ddilyniant genom y sampl am unrhyw amrywolion sy'n peri pryder a monitro unrhyw newidiadau yn natur y feirws.

- Os bydd y prawf PCR hefyd yn bositif, rhaid i chi barhau i hunanynysu am 10 diwrnod o ddyddiad y prawf llif unffordd gwreiddiol.

- Os bydd y prawf PCR yn negatif, ac os y cafodd ei wneud o fewn 24 awr i'r prawf llif unffordd, ni fydd yn ofynnol i chi a'ch cysylltiadau barhau i hunanynysu.

- Os bydd y prawf PCR yn negatif, ond y cafodd ei wneud fwy na 24 awr ar ôl y prawf llif unffordd gwreiddiol, rhaid i chi a'ch cysylltiadau barhau i hunanynysu am y 10 diwrnod llawn o ddyddiad y prawf llif unffordd gwreiddiol. Y rheswm am hyn yw bod y cyfnod rhwng y ddau brawf yn rhy hir i allu bod yn hyderus bod y prawf llif unffordd positif yn anghywir.

- Os na fyddwch yn gwneud prawf PCR dilynol, bydd gofyn i chi hunanynysu am 10 diwrnod.

- Os ydych wedi cael canlyniad positif i brawf llif unffordd neu brawf PCR ac wedi gorfod hunanynysu am 10 diwrnod, fe'ch cynghorir i beidio â gwneud rhagor o brofion am gyfnod o 90 diwrnod (oni bai bod symptomau newydd yn datblygu).

10. A gaf i uwchlwytho fy nghanlyniad gan ddefnyddio ffôn symudol?

Gallwch uwchlwytho eich canlyniad ar eich ffôn symudol os oes gennych fynediad i'r rhyngrwyd/signal 4G. Gallwch hefyd ddefnyddio gliniadur, cyfrifiadur neu ddyfais llechen.

11. Beth os nad oes gennyf fynediad i'r rhyngrwyd?

Os nad oes gennych fynediad i’r rhyngrwyd, gallwch uwchlwytho eich canlyniad drwy ffonio 119. Rydym yn annog cymaint o bobl â phosibl i uwchlwytho eu canlyniad ar y rhyngrwyd ond dyma’r dewis ar gyfer pobl sydd heb fynediad i’r rhyngrwyd.