GOLCHI DILLAD CLEIFION GARTREF

GWYBODAETH I YSBYTAI, CARTREFI GOFAL A PHOBL SY'N GOLCHI DILLAD FFRIND NEU BERTHYNAS GARTREF

Weithiau, efallai y bydd angen i staff ysbytai a chartrefi gofal ofyn i deulu neu ffrindiau claf/preswylydd olchi dillad gartref. Mae'r daflen hon yn cynnig cyngor i unrhyw un sy'n golchi dillad ffrind neu berthynas gartref.

Does dim llawer o berygl y cewch eich heintio wrth olchi dillad y claf gartref, a bydd dilyn yr wybodaeth yn y daflen hon yn eich helpu i drafod y dillad yn ddiogel.

Dylai'r staff sy'n gofalu am eich perthynas/ffrind sôn wrthych am y prif bethau y dylech fod yn eu gwneud. Ond os nad ydych yn glir neu os oes gyda chi bryderon, gofynnwch i'r nyrs cyfrifol am fwy o wybodaeth.

● Byddwch yn mynd â'r dillad adref gyda chi mewn bag plastig wedi'i glymu.

● Cyn trafod unrhyw ddillad brwnt/budr, rhowch blaster sy'n dal dŵr ar unrhyw doriadau neu friwiau ar groen eich dwylo a'ch breichiau.

● Gwisgwch bâr o fenig rwber cegin cyn tynnu'r dillad o'r bag plastig. Rhowch y dillad yn syth o'r bag i'r peiriant golchi, gan wneud yn siŵr nad ydynt yn cyffwrdd â'ch corff.

●Ceisiwch osgoi trafod neu ddidoli'r dillad. Peidiwch â'u hysgwyd. Peidiwch â'u rhoi i socian na'u golchi â llaw.

● Rhowch y bag plastig i mewn i'r bin sbwriel yn syth wedi i chi dynnu'r holl ddillad allan ohono.

● Golchwch y dillad hyn ar wahân i unrhyw olch arall, a pheidiwch â gorlwytho'r peiriant golchi.

● Cyn diosg y menig rwber, golchwch nhw â dŵr a sebon. Wedyn, golchwch eich dwylo'n ofalus â dŵr a sebon, ar ôl i chi dynnu'r menig.

● Os bydd y tu allan i'r peiriant yn baeddu wrth i chi ei lwytho, defnyddiwch hylif glanhau cyffredinol i'w lanhau a rhowch y lliain yn y bin ar ôl i chi orffen. Gwisgwch fenig rwber wrth wneud hyn, a golchwch eich dwylo'n drwyadl â dŵr a sebon ar ôl hynny.

● Defnyddiwch eich powdwr/hylif golchi arferol yn y peiriant golchi.

● Golchwch y dillad gan ddefnyddio'r tymheredd uchaf posibl, yn ôl y cyfarwyddiadau ar y label.

● Sychwch y dillad mewn peiriant sychu dillad os yw'n bosibl, gan ddilyn y cyfarwyddiadau gofal ar y label. Neu, rhowch nhw i sychu ar lein ddillad neu hors ddillad.

● Pan fyddant yn sych, smwddiwch y dillad gan droi'r gwres i'w dymheredd uchaf, yn ôl y cyfarwyddiadau ar y label.

● Ewch â'r dillad yn ôl at y claf mewn bag glân.