

# *E. coli* O157:

## Bygythiad anweledig i'ch busnes

Nid yw'n bosibl gweld bacteria fel *E. coli* O157 felly maent yn gallu lledaenu'n hawdd i fwyd heb i chi sylweddoli. Gallai'r bacteria hyn wneud eich cwsmeriaid yn ddifrifol wael, a hyd yn oed eu lladd. Rhaid i fusnesau bwyd sicrhau hylendid bwyd da bob amser i wneud yn siŵr bod y bwyd y maent yn ei gynhyrchu yn ddiogel.

Gall bwyd amrwd fod wedi'i halogi gan *E. coli* O157, ac os yw eich busnes yn trin bwyd amrwd ar yr un safle â bwyd parod, bydd y risg o groeshalugi yn uwch. Dylid trin bwyd amrwd, fel cig, ffrwythau a llysiau, sydd wedi bod mewn cysylltiad â'r pridd, nad ydynt yn cael eu cyflenwi fel bwyd parod, fel pe baent wedi'u halogi gan *E. coli* O157.

Mae'r daflen wybodaeth hon yn pwysleisio'r mesurau llym sy'n hanfodol er mwyn rheoli *E. coli* O157. Bydd swyddogion gorfodi awdurdodau lleol yn ystyried y mesurau hyn fel rhan o'u harolygiadau.

Mae'r prif fesurau rheoli'n cynnwys:

- cadw offer a staff sy'n trin bwyd amrwd ar wahân i offer a staff sy'n trin bwyd parod
- glanhau a diheintio effeithiol
- hylendid personol a golchi dwylo

Os oes unrhyw bosibilrwydd bod halogiad wedi digwydd, rhaid rhoi'r gorau i unrhyw waith nes bod yr arwynebau a'r offer yn yr ardal wedi eu glanhau a'u diheintio'n ddigonol, neu eu newid am rai arall. Ni ddylid cyflenwi unrhyw fwyd a allai fod wedi'i halogi i bobl ei fwyta. Os oes unrhyw amheuaeth fod bwyd halogedig wedi'i gyflenwi i ddefnyddwyr, dylid cymryd camau priodol.

**I gael rhagor o wybodaeth am hylendid bwyd da a chadw bwyd yn ddiogel, trowch at eich pecynnau gwybodaeth am hylendid bwyd drwy:**

[www.food.gov.uk/goodbusiness](http://www.food.gov.uk/goodbusiness)

# Ar wahân bob amser

Mae gwenwyn bwyd yn amlach na pheidio yn digwydd yn sgil croeshalogi. Mae'n digwydd pan gaiff bacteria niweidiol eu lledaenu i fwyd parod o fwyd arall, arwynebau, dwylo neu offer.

Yr unig ffordd bendant o atal halogi gan *E. coli* O157 yw dynodi ardaloedd gwaith, arwynebau ac offer ar wahân ar gyfer bwydydd amrwd a bwydydd parod i'w bwyta.

## Atal *E. coli* O157 rhag lledaenu

**Ardaloedd gwaith:** Rhaid cael ardaloedd gwaith, cyfleusterau storio, dillad a staff ar wahân ar gyfer trin a storio bwyd parod. Hon yw'r ardal lân ddynodedig.

**Storio:** Defnyddiwch gyfleusterau storio ac arddangos ar wahân, gan gynnwys oergelloedd a rhewgelloedd. Pan nad oes unedau ar wahân, dylid sicrhau bod yr ardaloedd glân wedi eu gosod ddigon ar wahân a'u nodi'n glir.

**Offer:** Defnyddiwch beiriannau ac offer ar wahân ar gyfer bwydydd amrwd a bwydydd parod, fel peiriannau pecynnu dan wactod neu beiriannau sleisio a briwio. Os yw'r offer yma'n cael ei ddefnyddio ar gyfer bwyd parod, dylid ei gadw yn yr ardal lân ddynodedig.

**Offer cegin:** Rhaid defnyddio byrddau torri ac offer cegin ar wahân ar gyfer bwydydd amrwd a bwydydd parod oni bai eu bod yn cael eu glanhau a'u diheintio, yn ddelfrydol mewn peiriant golchi llestri masnachol rhwng bob tasg.

**Pecynnu:** Dylid cadw deunyddiau pecynnu ar gyfer bwyd parod mewn ardal lân ddynodedig ac os bydd rhywun yn dod ag unrhyw ddeunyddiau lapio ar gyfer bwyd parod i ardal lân, rhaid i arwynebau allanol y deunyddiau hynny fod yn rhydd rhag unrhyw halogi. Efallai bydd modd gofyn i'ch cyflenwyr warantu hylendid bob tro.

**Tiliau arian:** Ni ddylai staff sy'n trin bwyd parod a staff sy'n gweithio mewn ardaloedd eraill rannu tiliau arian nac unrhyw offer arall nad yw'n fwyd. Gellir defnyddio un til arian, ond dylai staff sicrhau bod eu dwylo a'u dillad yn lân wrth symud i'r ardal lân ddynodedig.

**Nwyddau glanhau:** Dylid defnyddio deunyddiau glanhau, yn cynnwys sbwng, cadachau a mopiau ar wahân ar gyfer yr ardal lân ddynodedig. Os yw'n bosibl, defnyddiwch gadachau taflu i ffwrdd.

# Glanhau'n effeithiol

Mae glanhau effeithiol yn hanfodol er mwyn cael gwared ar facteria niweidiol a'u hatal rhag lledaenu i fwyd. Dylid golchi arwynebau bwyd ac offer yn rheolaidd a'u diheintio rhwng tasgau. Os yw'n bosibl, dylid defnyddio cadachau taflu i fwrdd.

## Glanhau a diheintio

Gellir defnyddio diheintio fel ffordd o gael gwared ar facteria o arwynebau. Fodd bynnag, dim ond os bydd arwynebau wedi'u glanhau'n drylwyr i gael gwared ar sailm neu few arall cyn dechrau y bydd diheintwyr cemegol yn gweithio.

Dyma'r broses ddau gam er mwyn diheintio'n effeithiol:

- defnyddiwch gynnyrch glanhau i gael gwared ar few amlwg, gronynnau a briwsion bwyd, ac yna rinsio i gael gwared ar beth sydd ar ôl
- defnyddiwch ddiheintydd gan ofalu eich bod yn dilyn cyfarwyddiadau'r gweithgynhyrchwr i **wanhau'r diheintydd yn gywir a sicrhau amser cyswllt priodol**, a rinsiwch gyda dŵr yfed

Mae gan lanweithydd (*sanitiser*) briodweddau glanhau a diheintio o fewn yr un cynnyrch, ond mae hi dal yn bwysig dilyn y ddau gam uchod er mwyn sicrhau bod y glanhau yn gweithio'n effeithiol – hynny yw, yn glanhau'r arwyneb cyn diheintio.

Rhaid i unrhyw ddiheintydd neu lanweithydd o leiaf gyrraedd safonau swyddogol **BS EN1276:1997** neu **BS EN 13697:2001**. Gallwch holi'ch cyflenwr er mwyn sicrhau eu bod yn cyrraedd y safonau gofynnol.

## Glanhau â gwres

Un o'r ffyrdd gorau o ladd bacteria yw drwy wres, ond rhaid sicrhau tymheredd digonol ac amser cyswllt priodol i ddinistrio bacteria niweidiol. Er enghraifft:

**Offer cegin:** Os ydych chi'n defnyddio peiriant golchi llestri, rhaid i'r cronfeydd dŵr fod ar lefel uwch nag 80°C am o leiaf 15 eiliad. Dylid glanhau peiriannau golchi llestri'n rheolaidd, gan gynnwys cael gwared ar weddillion bwyd, deunydd lapio plastig a chalch o'r jetiau dŵr, y ffilteri a'r draeniau.

**Cadachau:** Dylid golchi cadachau a aildefnyddir ar dymheredd uchel, sef 82°C neu uwch, a'u sychu cyn eu haildefnyddio bob tro.

# Trin bwyd mewn ffordd hylan

Mae'n hanfodol bod staff yn dilyn arferion hylendid personol da er mwyn helpu i atal bacteria niweidiol rhag lledaenu i fwyd parod trwy groeshalogi.

## Golchi dwylo

Dylai staff olchi a sychu eu dwylo'n drylwyr cyn trin bwyd, gan ddefnyddio techneg gydnabyddedig, e.e. techneg a awgrymir gan yr Adran Iechyd neu'r GIG.

Mae'n arbennig o bwysig eich bod yn golchi eich dwylo cyn cyffwrdd â bwyd parod, ar ôl defnyddio'r toiled ac ar ôl cyffwrdd â chig amrwd neu arwynebau a allai fod wedi dod i gysylltiad â staff sy'n trin bwyd amrwd.

Rhaid sicrhau bod basnau golchi dwylo ar wahân gyda dŵr poeth, sebon hylif a chyfleusterau sychu ar gael. Argymhellir defnyddio tapiâu nad oes rhaid eu cyffwrdd â'r dwylo, ond os nad ydynt ar gael, dylid defnyddio tywel papur i gau'r tapiâu.

Argymhellir tyweli taflu i ffwrdd neu sychwyr aer er mwyn sicrhau hylendid wrth sychu dwylo.

Ni ddylid defnyddio gel gwrthfacteria yn hytrach na golchi dwylo'n drylwyr.

## Trin bwyd

Bydd dod i gyn lleied o gysylltiad uniongyrchol â bwyd ag sy'n bosibl yn lleihau'r risg o ledaenu bacteria niweidiol.

### Awgrymiadau diogelwch:

Defnyddiwch efeiliau bwyd (*tongs*) ac offer arall i drin bwyd

- cadwch eich dwylo'n lân i atal croeshalogi dolenni

Defnyddiwch fenig taflu i ffwrdd

- newidiwch fenig rhwng tasgau, ar ddiwedd pob egwyl, ac os ydynt yn torri
- cofiwch olchi eich dwylo'n drylwyr cyn gwisgo menig ac ar ôl eu tynnu
- defnyddiwch becynnau ar wahân o fenig tafladwy ar gyfer gwahanol dasgau
- ni ddylid byth ddod â menig halogedig i ardal lân a ddefnyddir i drin neu storio bwydydd parod

Gwisgwch dhillad glân neu ffedogau taflu i ffwrdd

- newidiwch eich dillad allanol (e.e. ffedogau ac oferôls) cyn trin bwyd parod neu fynd i ardal lân
- golchwch eich dwylo ar ôl newid dillad halogedig a chyn gwisgo dillad glân