Rhybuddio defnyddwyr am gynhyrchion pysgod mwg sydd wedi'u galw yn ôl oherwydd brigiad o achosion o Listeria

Mae cynhyrchion a gynhyrchwyd gan St James Smokehouse sy'n cael eu gwerthu o dan frand 'Deluxe Oak Smoked Scottish Louch/Loch Trout' Lidl yn cael eu galw'n ôl oherwydd y gallent gynnwys Listeria monocytogenes.

Dyma'r cynhyrchion:

Cynhyrchion	**Maint y Pecyn**	**Dyddiadau Defnyddio Erbyn**
Lidl Deluxe Oak Smoked Scottish Louch/Loch Trout	100g	Pob Dyddiad Defnyddio Erbyn rhwng ac yn cynnwys 20/12/2022 a 06/01/2023
Lighthouse Bay Smoked Trout Trimmings	120g	Pob Dyddiad Defnyddio Erbyn rhwng ac yn cynnwys 20/12/2022 a 06/01/2023

Ni ddylai defnyddwyr fwyta'r cynhyrchion uchod. Dylent eu dychwelyd i Lidl am ad-daliad llawn.

Meddai Junior Johnson, Cyfarwyddwr Gweithrediadau'r ASB: "Mae Lidl wedi gwneud y peth iawn wrth alw'r cynhyrchion hyn yn ôl ac rydym yn canmol eu hagwedd ragofalus. Mae'r ymchwiliad parhaus i'r brigiad o achosion o Listeria wedi nodi presenoldeb straen o Listeria monocytogenes, sydd wedi achosi salwch difrifol. Felly rydym yn rhybuddio defnyddwyr am y cynhyrchion hyn sy'n cael eu galw'n ôl.

"Wrth i ni agosáu at dymor yr ?yl, rydym yn gwybod bod defnyddwyr yn fwy tebygol o fwyta pysgod mwg, fel eog a brithyll mwg. Tra bod ymchwiliadau i'r brigiad yn parhau, mae Safonau Bwyd yr Alban a'r ASB yn atgoffa defnyddwyr agored i niwed o'r cyngor yn fwy cyffredinol ynghylch bwyta pysgod mwg – rhaid ei gynhesu nes ei fod yn stemio'n boeth, cyn ei fwyta. Er bod listeria yn peri risg isel i ddefnyddwyr cyffredinol, dylai pob defnyddiwr ddilyn y cyngor hwn os ydynt yn gweini pysgod mwg i berthnasau a ffrindiau oedrannus, ac eraill sy'n agored i niwed dros gyfnod yr ?yl."

Hyd yn hyn, mae'r ymchwiliad wedi canfod 15 achos cysylltiedig o listeriosis ers 2020, gyda naw ohonynt wedi dod i'r amlwg ers Ionawr 2022. Mae achosion wedi'u nodi yng Nghymru, Lloegr a'r Alban.

Mae listeriosis yn fath o wenwyn bwyd a achosir gan y bacteriwm Listeria monocytogenes. Mae’r rhan fwyaf o bobl yr effeithir arnynt yn datblygu salwch gastroenteritis ysgafn, sy’n gwella ar ôl ychydig ddiwrnodau.

Fodd bynnag, mae rhai unigolion yn wynebu perygl arbennig o ddioddef salwch difrifol, fel llid yr ymennydd a sepsis, a all fod yn beryg bywyd. Mae’r rhain yn cynnwys pobl dros 65 oed, pobl â chyflyrau penodol sy’n bodoli eisoes, fel canser, methiant yr afu a’r arennau a phobl sy’n cymryd meddyginiaethau a all wanhau’r system imiwnedd. Gall listeriosis yn ystod beichiogrwydd arwain at golli babi, neu sepsis neu lid yr ymennydd difrifol mewn babanod newydd-anedig.

Meddai Dr Gauri Godbole, microbiolegydd meddygol ymgynghorol yn UKHSA:

“Yng ngoleuni’r brigiad parhaus hwn o achosion, rydym yn cynghori pobl sy’n feichiog a phobl agored i niwed na ddylent fwyta pysgod mwg parod i’w bwyta oni bai eu bod wedi’u coginio’n drylwyr, er mwyn lleihau’r risg o listeriosis. Os oes gennych unrhyw bryderon am eich iechyd, siaradwch â’ch bydwraig, eich meddyg teulu neu dîm arbenigol mewn ysbyty.

“Ni fydd y rhan fwyaf o bobl yn cael unrhyw symptomau yn sgil eu heintio, neu byddant ond yn cael symptomau ysgafn, fel poen yn yr abdomen a dolur rhydd, sydd fel arfer yn pasio ymhen cwpwl o ddiwrnodau heb fod angen triniaeth.

“Fodd bynnag, mae rhai pobl yn wynebu risg uwch o salwch llawer mwy difrifol, gan gynnwys pobl dros 65, pobl sy’n feichiog neu fabanod newydd-anedig, a phobl sydd â systemau imiwnedd gwan, gan gynnwys pobl sy’n cael triniaeth atal imiwnedd, a phobl â chlefyd cronig yr afu neu’r arennau.”

Gallwch gael rhagor o wybodaeth am risgiau listeria ar wefan yr ASB.