‘Ddim yn addas i blant dan 4 oed’ – Canllawiau newydd i’r diwydiant wedi’u cyhoeddi ar glyserol mewn diodydd iâ slwsh

Mae gweithgynhyrchwyr hefyd yn cael eu cynghori i ddweud wrth fanwerthwyr na ddylent gynnig ail-lenwadau am ddim i blant dan 10 oed, a hynny er mwyn atal plant ifanc rhag cael gormod o glyserol.

Mae’r canllawiau diweddaredig yn dilyn asesiad risg gan yr ASB a wnaeth ganfod y gallai plant o dan yr oedran hwn gael cur pen a mynd yn sâl wrth gymryd glyserol.

Mae’r ASB hefyd yn ymwybodol o ddau achos yn yr Alban, un yn 2021 ac un yn 2022, lle bu plant yn yr ysbyty oherwydd meddwdod ar glyserol.

Wrth gymryd lefelau uchel iawn – fel arfer pan fydd plentyn yn yfed nifer o’r cynhyrchion hyn mewn cyfnod amser byr – gallai meddwdod ar glyserol achosi sioc, hypoglycaemia a cholli ymwybyddiaeth.

Dywedodd Adam Hardgrave, Pennaeth Ychwanegion yr ASB:

> Er bod symptomau meddwdod ar glyserol yn ysgafn fel arfer, mae’n bwysig bod rhieni’n ymwybodol o’r risgiau – yn enwedig pan gymerir lefelau uchel o glyserol.
>
> Mae’n debygol bod diffyg adroddiadau am feddwdod ar glyserol, a hynny oherwydd bod rhieni’n gallu cysylltu cyfog a chur pen â ffactorau eraill.
>
> Rydym yn ddiolchgar i’r gwneuthurwyr hynny sydd eisoes wedi cymryd camau i leihau lefelau glyserol, ac i’r rheiny sydd eisoes wedi dweud wrthym y byddant yn mabwysiadu ein canllawiau newydd.

Gall diodydd iâ slwsh gynnwys glyserol yn lle siwgr i greu’r effaith slwsh. Mae canllawiau newydd yr ASB yn gofyn i fusnesau ond ychwanegu glyserol ar yr isafswm sy’n dechnegol angenrheidiol i gyflawni’r effaith hon.

Er bod glyserol i’w gael mewn rhai bwydydd eraill, mae’n cael ei ychwanegu ar lefelau llawer is nag mewn diodydd iâ slwsh.

Roedd asesiad risg yr ASB yn ystyried y sefyllfa waethaf bosib lle’r oedd plentyn yn yfed diod slwsh 350ml a oedd yn cynnwys y lefel uchaf o glyserol a ddefnyddir (50,000mg/L) gan gymharu hyn â throthwy y gallai effeithiau andwyol ddigwydd wrth fynd dros y trothwy hwnnw. Byddai plant pedair oed neu iau yn mynd dros y trothwy hwn.

Ystyrir bod plant dros bedair oed yn annhebygol o ddioddef effeithiau gwael wrth yfed un ddiod slwsh. Mae hyn oherwydd bod effeithiau glyserol yn gysylltiedig â phwysau’r corff. Roedd asesiad risg a chyngor yr ASB yn ystyried pwysau cyfartalog plant o wahanol oedrannau.

Os bydd uchafswm y glyserol a ddefnyddir gan y diwydiant yn gostwng yn y dyfodol, efallai y bydd y canllawiau newydd i’r diwydiant yn cael eu hailasesu.

Bydd yr ASB yn monitro pa mor eang y caiff y canllawiau eu mabwysiadu a gallai gymryd camau pellach yn y dyfodol.