Dogfen Canllawiau Profi, Olrhain a Diogelu COVID-19 Chwara Cymru: Yr Asesiad o gysylltiadau COVID-19 risg uchel

Olrhain Cysylltiadau

Dylai'r **Swyddog Meddygol Covid-19** Chwaraeon olrhain cyswllt ag unrhyw gysylltiadau risg uchel o ddiwrnod cymryd y swab i **48 awr ynghynt** (neu ddatblygu symptomau os yw hyn yn rhagflaenu'r prawf).

Rhaid i bob proses gael ei hategu gan ddiffiniad Iechyd Cyhoeddus Cymru o gyswllt agos:

- *Unrhyw gyswllt agos iawn ag aelod o'r cartref*
- *Unrhyw gyswllt wyneb yn wyneb byrhoedlog yn erbyn cyfarfod byrhoedlog o 3 neu fwy*
- *Cyswllt croen i groen â'r wyneb*
- *Rhywun wedi pesychu neu disian ar yr unigolyn*
- *<1m am 1 munud o bob math arall o gyswllt*
- *<2m gydag un person yn gronnol am 15 munud y dydd*

Adolygiad o hyfforddiant ac, os yw'n berthnasol, lluniau/fideo o'r gystadleuaeth, a wnaed ar gyfer yr amserlen o ddiwrnod cymryd y swab i 48 awr ynghynt (neu ddatblygu symptomau os yw hyn yn rhagflaenu'r prawf), *dan arweiniad* ***Swyddog Meddygol COVID-19***

Swyddog Meddygol Covid 19 (gyda chymorth y tîm perfformiad Chwaraeon) yn casglu:

- Cofnod gweithgarwch hyfforddi
- Fideo sesiwn hyfforddi
- Dadansoddi data GPS
- Manylion unrhyw staff mewn cyfarpar diogelu personol lefel 2 yn ystod y cyswllt
- Unrhyw weithgareddau eraill yn y cyfleuster hyfforddi e.e. cyfarfodydd, ystafelloedd newid, cawod, ffreutur (pan fo hynny'n berthnasol)

Ystyriaethau Teithio

Ystyrir bod teithio yn weithgaredd risg uchel o ystyried y posibilrwydd o dorri canllawiau cadw pellter cymdeithasol. Mae'r argymhellion ar gyfer:

- Gwisgo masgiau wyneb bob amser wrth deithio
- Cofnodi seddau sy'n cael eu dyrannu (ffotograffau/seddau gydag enwau) gan y bydd hyn yn helpu gyda chadernid unrhyw broses olrhain cysylltiadau bosib yn y dyfodol.

Adrodd ar broses Profi, Olrhain a Diogelu COVID-19

Dylid cofnodi a chyflwyno'r holl weithgarwch tracio ac olrhain i Grŵp Goruchwyliaeth Feddygol COVID-19 Chwaraeon Cymru. Ceir templed a argymhellir ar gyfer cofnodi yn Atodiad 1 isod.

Swyddog Meddygol COVID-19 yn Rheoli Cysylltiadau Agos

Bydd yn ofynnol i athletwyr a ystyrir yn gyswllt risg uchel yn dilyn y broses olrhain cysylltiadau hunanynysu am 10 diwrnod.

Os yw'r athletwr sy'n **gyswllt positif** yn parhau i fod yn asymptomatig ar ddiwrnod 5, gellir ystyried yr athletwr hwn ar gyfer prawf RT-PCR posib yn dilyn trafodaeth gyda Grŵp Goruchwyliaeth COVID-19 Chwaraeon Cymru. Sylwer nad yw hyn yn bendant a bydd yn seiliedig ar nifer o ffactorau gan gynnwys lefel CT y prawf positif a thrafodaeth gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru. Dim ond ar ôl cynnal adolygiad llawn o bob achos unigol y gallai'r canlynol ddigwydd:

- Os yw'r prawf hwn yn negatif a bod yr adolygiad yn foddhaol, gellir ystyried yr athletwr ar gyfer ailintegreiddio â'i gamp a'i ryddhau o ynysu.
- Os yw'r prawf yn negatif, ond bod yr athletwr yn dangos symptomau, rhaid i'r athletwr aros ar wahân ac ynysu ac ystyried cynnal ail brawf 3 diwrnod yn ddiweddarach.
- Os yw'r prawf hwn yn bositif (a bod yr athletwr yn parhau i fod yn asymptomatig) rhaid i'r athletwr yma ailddechrau ynysu am 10 diwrnod o ddyddiad swab y prawf positif.
- Os yw'r prawf yn bositif a bod yr athletwr yn dangos symptomau, rhaid i'r athletwr aros ar wahân ac ynysu am 10 diwrnod o ddyddiad datblygu symptomau.

ATODIAD A: FFURFLEN ADRODD PROFI, OLRHAIN A DIOGELU COVID-19 CHWARAEON CYMRU

Lluniwyd gan:

Athletwr:

STATWS FFITRWYDD:

GOFYNION MEDDYGOL/FFISIO AR GYFER HYFFORDDIANT:

PROFFIL SYMPTOMAU A THYMHEREDD 14 DIWRNOD:

CYSWLLT CARTREF NEU ACHOS A GADARNHAWYD:

AMGYLCHIADAU'R CARTREF:

GWYBODAETH ARALL:

DOSBARTHIAD Y CYSWLLT:

- CYSWLLT WYNEB YN WYNEB (> 3 EILIAD): Adolygu ar unwaith ac Ynysu am 10 diwrnod.
- CYSWLLT WYNEB YN WYNEB (< 3 EILIAD): Dim mwy nag amser cyswllt cronnol o 1 munud.
- CYSWLLT AGOS (ANUNIONGYRCHOL) (< 3 EILIAD): Dim mwy nag amser cronnol o 15 munud.
- TORRI RHEOLAU CADW PELLTER CYMDEITHASOL (<1M > 3 EILIAD): Dim mwy nag amser cronnol o 15 munud

CRYNODEB HYFFORDDIANT / DIWRNOD Gêm: (Risg cyswllt)
DATA ADOLYGU LLUNIAU/FIDEO:

Cafodd y dadansoddiad hwn ei gynnal gan yr awdur gan ddefnyddio'r meini prawf a nodir uchod.

e.e.
1. Nid oedd unrhyw Gyswllt Wyneb yn Wyneb a oedd yn para mwy na thair eiliad.
2. Roedd...... cyfrif o Gyswllt Wyneb yn Wyneb o lai na 3 eiliad o hyd yn cynnwys......... chwaraewr gwahanol, nid oes yr un ohonynt yn cronni mwy nag 1 munud.
3. Nid yw pob cyswllt agos (anuniongyrchol) yn cronni mwy na 15 munud ar gyfer un chwaraewr.
4. Nid yw torri rheolau cadw pellter cymdeithasol yn cronni mwy na 15 munud ar gyfer un chwaraewr.
5. Nid oedd unrhyw besychu, tisian na gweiddi agos y gellid ei adnabod.

CRYNODEB:

Argymhelliad:
e.e.
Yr argymhelliad yw nad oes unrhyw chwaraewyr yn cael eu rhoi mewn cwarantîn fel cysylltiadau agos â'r achos cyntaf.