

# Mae lefelau ymwrthedd gwrthficrobaidd E.coli mewn cigoedd sy'n cael eu manwerthu yn y Deyrnas Unedig yn parhau i fod yn isel

Cynhaliwyd trydedd fflwyddyn yr arolwg rhwng mis Ionawr a mis Rhagfyr 2017, lle prynwyd 314 o samplau cig eidion a 310 o samplau porc o safleoedd manwerthu yng Nghymru, Lloegr, yr Alban a Gogledd Iwerddon a'u profi ar gyfer mathau penodol o Ymwrthedd Gwrthficrobaidd E. coli.

Mae'r arolwg yn cynhyrchu data gwaelodlin ar fathau penodol o ymwrthedd gwrthficrobaidd E. coli a geir ar gigoedd sy'n cael eu manwerthu yn y DU, a fydd wedyn yn llywio ein hasesiad o'r risgiau a'r camau nesaf i leihau'r risg o ddod i gysylltiad ag ymwrthedd gwrthficrobaidd.

## Beth mae'r canlyniadau'n ei ddangos

Yn gyffredinol, roedd y [canlyniadau'n](#) dangos bod llai na 1% o'r samplau yn bositif ar gyfer ESBL neu AmpC E. coli, sy'n fathau penodol o ymwrthedd gwrthficrobaidd. Roedd y canlyniadau hyn yn debyg i ganlyniadau blwyddyn gyntaf yr arolwg. Fodd bynnag, roedd un sampl cig eidion wedi'i halogi ag E. coli yn cynnwys y gennyn mcr-1 sy'n rhoi ymwrthedd i'r colistin gwrthfotig.

Meddai Pennaeth Asesiad Risg Microbiolegol yr Asiantaeth Safonau Bwyd, Paul Cook:

'Credwn mai dyma'r tro cyntaf i unrhyw un ganfod E. coli mcr-1 positif mewn cig eidion sy'n cael ei fanwerthu yn y DU. Er bod y cig yn dod o du allan i'r DU, nid oedd profion pellach yn dangos unrhyw halogiad ar samplau eraill, ac ar y cam hwn nid ydym wedi gallu nodi ffynhonnell yr halogiad. Fodd bynnag, cynhaliwyd asesiad risg ac rydym am ei gwneud hi'n glir bod y risg i iechyd y cyhoedd yn isel iawn.  
?

'Mae mynd i'r afael ag ymwrthedd gwrthficrobaidd yn flaenoriaeth sylweddol i'r ASB ac ar draws Llywodraeth y DU. Mae'r arolwg hwn yn ein galluogi i fonitro tueddiadau ymwrthedd gwrthficrobaidd E. coli dros gyfnod o amser, ond mae hefyd yn cymharu sefyllfa'r DU gydag aelod-wladwriaethau eraill yr UE. Yn adroddiad 2015 yr UE a gyhoeddwyd yn ddiweddar, mae'r DU yn cymharu'n ffafriol â chanlyniadau gwledydd eraill Ewrop.'

Casglwyd y canfyddiadau hyn ar ran y Comisiwn Ewropeaidd fel rhan o astudiaeth wyliadwriaeth saith mlynedd ar draws yr UE. Caiff y data ei roi yn ôl i'r Comisiwn Ewropeaidd bob blwyddyn a'i roi yn Adroddiad Cryno'r UE ar ymwrthedd gwrthficrobaidd.

## Sut i leihau risg ymwrthedd gwrthficrobaidd

Mae'r risg o gael heintiau sy'n gysylltiedig ag ymwrthedd gwrthficrobaidd trwy drin a bwyta cig wedi'i halogi yn isel iawn os ydych chi'n dilyn arferion hylendid a choginio da. Rydym ni'n cynghori y bydd coginio, oeri, glanhau ac osgoi croeshalogi wrth drin cig amrwd yn helpu i leihau

risg a lledaeniad ymwrthedd gwrthficrobaidd.

## ASB YN ESBONIO

### **Plasmidau a colistin**

Mae'r gennyn mcr-1 i'w gael ar ddarn o DNA o'r enw plasmid. Mae plasmidau yn gallu pasio o un cell bacteria i'r llall yn naturiol, hyd yn oed os ydynt o rywogaethau gwahanol. Mae hyn yn galluogi'r ymwrthedd gwrthficrobaidd i ledaenu'n haws. Mae'r gennyn mcr-1 hefyd yn galluogi bacteria i ymwrthod colistin.

Mae colistin yn wrthfotig o'r 50au, ond dechreuodd llai o bobl ei ddefnyddio oherwydd ei sgil effeithiau. Fodd bynnag, mae'n parhau yn un o'r dewisiadau olaf o wrthfotigau ar gyfer pobl ag heintiau aml-ymwrthedd a achosir gan rywogaethau penodol o facteria.

O 2016, mae profi ar gyfer ymwrthedd colistin wedi cael ei gynnwys yn arolwg ymwrthedd gwrthficrobaidd yr UE.

Rhagor o wybodaeth am [ymwrthedd gwrthficrobaidd](#).