

# Ymbelydredd mewn bwyd

Sut rydym ni'n asesu a rheoleiddio lefelau ymbelydredd mewn bwyd.

Mae ymbelydredd wedi bodoli ers i'r ddaear ffurfio?gael ei chreu ac mae'n bodoli'n naturiol yn yr atmosffer, y pridd, y moroedd a'r afonydd. Mae'n anochel bod rhywfaint ohono'n mynd i mewn i'r bwyd rydym ni'n ei fwyta.

Mae ymbelydredd yn digwydd yn naturiol ym mhob bwyd. Mae ymbelydredd naturiol yn gallu cael ei drosglwyddo i fwyd mewn gwahanol ffyrdd:

- i mewn i gnydau o greigiau a mwynau sy'n bresennol yn y pridd
- gall d?r yfed godi ymbelydredd o'r ddaear
- gall pysgod a physgod cregyn gymryd ymbelydredd o'r d?r neu wely'r môr

Gall ymbelydredd artiffisial hefyd fynd i mewn i fwyd. Gall hyn ddigwydd pan fydd deunyddiau ymbelydrol yn cael eu rhyddhau i'r amgylchedd o ganlyniad i weithrediadau niwclear sifil neu filwrol. Yna bydd ymbelydredd artiffisial yn pasio drwy'r gadwyn fwyd yn yr un modd ag ymbelydredd naturiol.

## Ymbelydredd a'n cyrff

Gall ymbelydredd niweidio DNA ein cyrff. Mae modd trwsio dosau isel o ymbelydredd, ond gall dosau uwch newid celloedd ein cyrff. Pan fydd hyn yn digwydd, mae'r tebygolrwydd o ddatblygu canser yn uwch.

## Sut mae gwastraff ymbelydrol a diogelwch bwyd yn cael eu hasesu

Yn y Deyrnas Unedig (DU), mae yna gyfreithiau llym ar:

- sut y mae'n rhaid cael gwared ar wastraff ymbelydrol
- lefelau ymbelydredd sy'n dderbyniol i bobl ddod i gysylltiad â nhw

Dim ond ar ôl i fusnesau a sefydliadau asesu'r gwastraff ymbelydrol y mae angen iddynt gael gwared arno (er enghraifft o safleoedd niwclear, sefydliadau ymchwil ac ysbytai) y byddant yn cael trwydded i wneud hyn.

Rydym ni'n asesu sut y gallai cynlluniau i gael gwared ar wastraff ymbelydrol effeithio ar ein bwyd. Mae ffyrdd eraill y gall pobl ddod i gysylltiad ag ymbelydredd yn yr amgylchedd hefyd yn cael eu hystyried cyn y gellir rhoi trwydded . Mae asiantaethau amgylcheddol rhanbarthol yn gwneud hyn.

[Mae Asiantaeth yr Amgylchedd](#) yn gyfrifol am geisiadau i gael gwared ar ymbelydredd yn yr amgylchedd.

[Mae Cyfoeth Naturiol Cymru](#) yn gyfrifol am geisiadau i gael gwared ar ymbelydredd yn yr amgylchedd.

[Mae Asiantaeth yr Amgylchedd Gogledd Iwerddon](#) yn gyfrifol am geisiadau i gael gwared ar ymbelydredd yn yr amgylchedd.

Rydym ni hefyd yn darparu cyngor gwyddonol arbenigol i sefydliadau eraill ar sut mae deunydd ymbelydrol mewn bwyd yn effeithio ar bobl.

## ASB YN ESBONIO

Mae'n rhaid i'r rheiny sy'n cynhyrchu gwastraff ymbelydrol fonitro'r amgylchedd o gwmpas eu safle. Mae'r Llywodraeth hefyd yn cynnal gwiriadau eilaidd.

Mae lefelau ymbelydredd mewn llaeth gwartheg yn cael eu monitro'n agos gan ei bod yn ffordd hynod effeithiol o fesur ymbelydredd o gwmpas safleoedd niwclear. Mae gan y rhan fwyaf o safleoedd wartheg yn pori gerllaw ac fel arfer bydd unrhyw elfennau ymbelydrol y maen nhw'n ei fwyta yn mynd i mewn i'w llaeth.

Mae pysgod a physgod cregyn, sy'n gallu bwyta elfennau ymbelydrol yn y dŵr, yn cael eu monitro ar ôl cael eu dal.

Mae gwiriadau rheolaidd yn cael eu cynnal ar gyfer rhai bwydydd sy'n cael eu mewnfurio i'r DU o wledydd sydd â lefelau uchel o ymbelydredd. Gallai hyn fod o ganlyniad i ddamweiniau niwclear.

[Ein gwaith ymchwil ar ymbelydredd mewn bwyd a'r amgylchedd](#)