

# Mae asbestos yn lladd

Gweithiwch yn ddiogel  
os bydd asbestos  
yn bresennol



# ASBESTOS

Bob wythnos mae 20 o grefftwyr yn marw o afiechyd sy'n gysylltiedig ag asbestos. Os ydych yn drydanwr, yn blymwr, yn beiriannydd systemau gwresogi ac awyru, yn saer coed, neu yn blastrwr neu'n gweithio mewn unrhyw faes tebyg, mae'n debyg y byddwch yn wynebu'r lladdwr cudd hwn yn eich gwaith - gallai llwch asbestos eich lladd. Mae llawer o ddeunydd asbestos mewn adeiladau **o hyd** – mae unrhyw le a adeiladwyd neu a adnewyddwyd cyn y flwyddyn 2000 yn debygol o gynnwys asbestos.

## A oes asbestos lle rydych yn gweithio?

- › Osgowch weithio gydag asbestos os yw hynny'n bosibl. Os nad ydych yn siŵr a oes asbestos yn bresennol, peidiwch â dechrau gweithio - dylai eich bos neu'r cwsmer ddweud wrthyfch a oes asbestos yn bresennol.
- › Peidiwch â gweithio os yw'r deunyddiau asbestos yn gaenau a chwistrellwyd, yn estyll neu'n ddeunydd inswleiddio ar bibelli a boeleri - dim ond contractwr trwyddedig a ddylai weithio ar y rhain. Ni allwch weithio gyda rhai mathau o asbestos – maent yn rhy beryglus.
- › Lle mae asbestos yn bresennol, gallwch barhau i weithio ar yr amod eich bod wedi cael hyfforddiant asbestos, bod y gwaith wedi cael ei gynllunio'n briodol a bod y rhagofalon cywir ar waith (ee mae gennych yr offer cywir).
- › Ar ôl i chi gael eich hyfforddi, gallwch weithio gyda sment asbestos, caenau gweadog a rhai deunyddiau asbestos (a restrir yn *Asbestos essentials*) nad oes angen trwydded arnynt.





## Gweithiwch yn ddiogel gydag asbestos

### Lleihewch llwch

- > Defnyddiwch offer llaw - nid offer pŵer.
- > Sicrhewch fod deunyddiau yn llaith - heb fod yn rhy wlyb.
- > Glanhewch wrth fynd yn eich blaen - defnyddiwch beiriant sugno arbennig (Dosbarth H), nid brws. Gallwch logi sugnwyr llwch Dosbarth H o siopau llogi offer.
- > Rhowch wastraff asbestos mewn dau fag, un o fewn y llall, a labelwch y bagiau'n briodol.

### Diogelwch eich hun ac eraill

- > Gwisgwch anadlydd addas sy'n ffitio'n briodol (ee math tafladwy FFP3). Gallwch brynu'r rhain mewn siopau cyflenwi offer diogelwch. Nid yw mygydau llwch cyffredin yn effeithiol.
- > Gwisgwch oferôls ('Math 5') ac esgidiau tafladwy addas heb gareiau neu orchuddion tafladwy i'w rhoi dros eich esgidiau.
- > Pan fyddwch yn gorffen gweithio dylech ddiheintio eich hun - golchwch eich oferôls â chadach llaith a'u tynnu cyn i chi dynnu eich mwngwd.
- > Rhowch eitemau tafladwy mewn bagiau gwastraff asbestos a gwaredwch hwy yn y ffordd briodol. Peidiwch â chario asbestos i mewn i'ch car neu'ch cartref a pheidiwch â mynd ag oferôls gartref i'w golchi.
- > Peidiwch ag ysmegu, bwyta nac yfed yn yr ardal waith.

## Ble rydych yn debygol o ddod o hyd i asbestos?

Dyma rai manau cyffredin lle byddwch yn dod o hyd i ddeunyddiau asbestos:

- > teils nenfwd;
- > caenau ar nenfydau, waliau a grisiau (caenau gweadog);
- > caenau wedi'u chwistrellu ar bibelli dŵr, pibelli a rhai nenfydau;
- > estyll o amgylch rheiddaduron, ffenestri, lleoedd tân, colofnau adeiladu, pileri;
- > y tu mewn i ddrysau tân;
- > estyll bondo;
- > deunydd inswleiddio ar bibelli;
- > seliau ar uniadau pibelli, gasgedi;
- > rhaffau ac edafedd;
- > blychau ffwsys;
- > cyfarpar rheoli switshis trydanol;
- > tanciau dŵr;
- > cynnyrch sment: dalenni to, pibelli gwagio.

## Hoffech chi wybod mwy?

### Ffoniwch Linell Wybodaeth HSE (0845 345 0055).

Gweler [www.hse.gov.uk/hiddenkiller](http://www.hse.gov.uk/hiddenkiller) am ragor o wybodaeth neu [www.hse.gov.uk/asbestos](http://www.hse.gov.uk/asbestos) am dafenni gwaith a thafenni *Asbestos essentials*.

Cysylltwch â Chymdeithas Hyfforddiant Asbestos y DU ([www.ukata.org.uk](http://www.ukata.org.uk), Ffôn: 01246 242023) i gael gwybodaeth am ymwybyddiaeth o asbestos a hyfforddiant penodol i swydd, a elwir fel arfer yn 'hyfforddiant asbestos heb drwydded'. Efallai y bydd sefydliadau hyfforddiant eraill yn darparu hyfforddiant asbestos hefyd.



Cynhyrchwyd y daflen hon ar y cyd â'r TUC