BWRDD CYFARWYDDWYR GWASANAETHAU MERCHED A THEULUOEDD

GWYBODAETH YNGHYLCH PLA LLAU PEN

1) Creaduriaid bychain tebyg i bryfed yw llau pen, a ganfyddir yng ngwallt 4% o oedolion a phlant.

1) Mae llau pen yn cronni yn y cartref ac ymhlith y teulu, ac **NID MEWN YSGOLION**. Gall fod yn gyffredin ymhlith yr oedrannus.

1) Mae angen i wallt a phen unigolyn fod mewn cyffyrddiad uniongyrchol â gwallt a phen unigolyn arall am o leiaf 60 eiliad i ledaenu'r llau o'r naill berson i'r llall. Felly, **NID** yw'n lledaenu'n eang mewn dosbarthiadau ysgol ac **NI** chaiff ei ledaenu trwy gyfrwng desgiau, gwrthrychau, dillad, ayyb.

1) Nid yw'r lleuen yn peri unrhyw niwed. Mae'n peri cosi ysgafn ar adegau. Gall.powdr tywyll a chrwyn llau wedi eu diosg ymddangos ar glustog y sawl yr effeithir arno/arni.

1) Os amheuir bod gan oedolyn/plentyn lau pen, gellir cadarnhau hynny trwy gyfrwng dau ddull cydnabyddedig:

a. Ysgwyd y gwallt pan fo'n sych ar bapur gwyn a chwilio am lwch tywyll a chrwyn llau wedi eu diosg.
b. Prynu crib ddatgelu o Fferyllfa, cribo trwy wallt gwlyb a chwilio am lau ar y grib.

Oni chanfyddir llau o ddefnyddio'r dulliau hyn, **NID OES ANGEN TRINIAETH.**

6. Os canfyddir llau pen, dylai rhiant/gwarcheidwad y plentyn gysylltu â Fferyllfa neu eu Meddyg Teulu i gael rhywbeth i'w drin neu i gael cyngor.

   Os oes angen cyngor pellach, dylai'r rhiant/gwarcheidwad gysylltu â Nyrs Gymunedol yr Ysgol.

7. Os canfyddir llau pen, mae'n gyfrifoldeb ar y rhieni i hysbysu'r ysgol cyn gynted ag y bo modd.

8. **Nid yw nyrsys ysgol yn archwilio plant yn rheolaidd yn yr ysgol. Cyfrifoldeb rhieni yw archwilio gwallt eu plant.**

WOMEN AND FAMILIES SERVICES DIRECTORATE

INFORMATION ABOUT HEAD LICE INFESTATION

1) Head lice are small insect-like creatures found in the hair of 4% of adults and children.

1) The reservoir of head lice is in the home and family, and **NOT IN SCHOOLS**. It can be prevalent in the elderly.

1) Direct hair to hair and head to head contact for at least 60 seconds is necessary to spread the lice from one person to another. Thus, it does **NOT** spread widely in school classes and it is **NOT** spread via desks, objects, clothes, etc.

1) The louse causes no ill effects. Occasionally it causes mild itching. The affected person's pillow may show dark powder and some shed louse skins.

1) If it is suspected that a person/child may have head lice there are two recognized ways to confirm the fact :

a. Shake the hair when dry on to a white paper and look for dark dust and shed lice skins.
b. Buy a detection comb from a Pharmacy, comb through wet hair and look for lice on the comb. If there are no lice detected by these methods **NO TREATMENT IS NEEDED.**

6. If head lice are discovered the child's parent/guardian should obtain treatment from the Pharmacy or from their General Practitioner for treatment or obtain advice.

   If further advice is required parent/guardian to contact Community School Nurse.

7. If head lice are discovered, it is the parents' responsibility to inform the school as soon as possible.

8. **School nurses do not inspect children regularly at school. It is the responsibility of the parents to check their children's hair.**

1. Trosglwyddo: Mae'r lleuen yn treulio'i diwrnod yn mynd o ben i ben, yn bwyta yn lle bynnag mae eisiau.

Transfer: The head louse spends its day wandering from head to head, feeding where it wants.

2. Dodwy wyau: Mae'r fenyw yn dodwy wyau. Mae'n dasg anodd: gludo wy i flewyn o'r gwallt yn agos iawn i'r croen i gadw yn gynnes. Fel arfer mae'n gwneud hyn yn y nos pan mae'r pen yn llonydd. Mae'n dodwy rhyw 7-8 wy bob nos.

Lays eggs: The female lays eggs. It's an intricate task, gluing an egg to a hair, very near to or touching the scalp to keep warm. She usually does it at night when her host is still. She tries to make it blend with the surroundings, and will lay 7 or 8 each night.

3. Cymharu: Fel arfer mae'r fenyw yn cymharu rhwng dodwy pob wy.

Mating: The female usually mates between laying each egg.

4. Deoriad: Cymer wy 7-10 diwrnod i ddeor. Pan mae'r lleuen yn barod i ddeor nid yw'r pen ar yr wy yn ddigon mawr. Felly mae'n anadlu aer i mewn yn sydyn fel y gall chwyddo i fyrstio'r wy. Mae'r wy gwag yn cael ei adael ar y gwallt ac yn disgleirio'n wyn.

Hatching: Each egg takes 7-10 days to hatch. When the louse is ready to hatch, the plug at the end of the egg is too small, when removed for the louse to get out. So it gulps in air, passes it through the body until the louse, under pressure 'pops' out of the egg. The empty eggshell (the nit) is left on the hair and is now gleaming white.

5. Diod cyntaf: Caiff y lleuen newydd ei ddiod cyntaf o waed. Mae'n pigo croen ac yn bwydo rhyw 5 gwaith y diwrnod.

First drink: The newly hatched louse has its first drink of blood. It pierces the skin and feeds five times a day.

6. Bwrw croen: Mae'r lleuen ifanc yn bwrw ei chroen 3 gwaith cyn dod yn oedolyn (yna bydd bron yr un maint â phen matsien)

Moulting: The young louse moults three times before becoming an adult (and will then be just under match-head size)

7. Cyfle: Mae'r lleuen rwan eisiau teithio o ben i ben a chyfarfod ffrindiau newydd!

Opportunity: Now an adult all a louse wants to do is travel (from head to head) and meet new friends!

8. Henaint: Gall lleuen fyw am 40 diwrnod.

Old age: If it lives that long, it will die of old age at about forty days.