Plwm mewn Dŵr Yfed

Partneriaeth Dŵr ac Iechyd Cymru

Mae yna reoliadau llym[1] sy'n llywodraethu faint o blwm a ganiateir mewn dŵr yfed. Y terfyn uchaf cyfredol ar gyfer plwm mewn dŵr yfed yn y DU yw 10 microgram y litr (sef 10 rhan mewn biliwn). Ychydig iawn o blwm sydd yn y dŵr sy'n gadael gweithfeydd trin dŵr, os oes unrhyw blwm o gwbl.

Hen bibellau plwm sy'n cysylltu'r cyflenwad dŵr â'r eiddo, neu ym mhlymio mewnol yr eiddo, sydd i gyfrif am y plwm sydd mewn dŵr yfed fel rheol. Defnyddiwyd plwm yn helaeth wrth wneud pibellau a thanciau dŵr tan y 1970au, ac felly mae plwm i'w gael o hyd mewn eiddo a adeiladwyd cyn 1970 sydd heb gael ei foderneiddio'n llwyr.

Gallai plwm fod yn bresennol yn y dŵr os defnyddiwyd sodr plwm wrth uniadu pibellau copr mewn gwaith plymio mewnol. Mae hi wedi bod yn anghyfreithlon defnyddio sodr plwm mewn plymio dŵr yfed ers 1988. Os ceir bod rhywun wedi defnyddio sodr plwm yn anghyfreithlon, bydd y cwmni dŵr yn mynnu bod y person cyfrifol yn disodli'r holl bibellau o dan sylw, ac mae hynny'n gallu bod yn eithriadol o ddrud.

Gobeithio y bydd y wybodaeth ganlynol yn ateb rhai o'r cwestiynau sydd gennych am blwm a dŵr.

Pwy sy'n gyfrifol am y pibellau sy'n gwasanaethu fy nghartref?

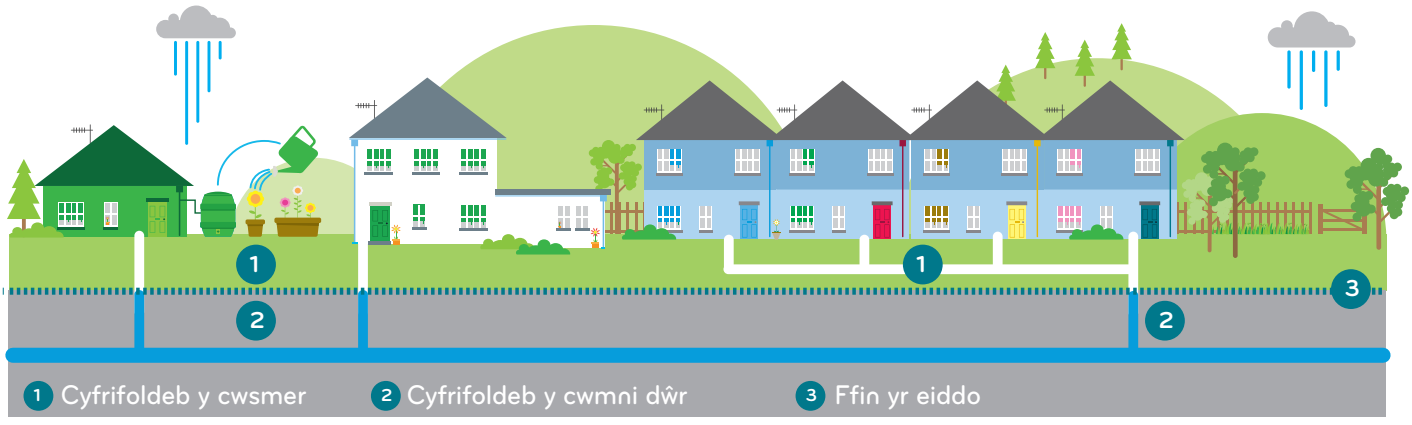
Os ydych chi'n cael eich cyflenwad dŵr gan gwmni dŵr, bydd pibell gwasanaethu â diamedr bychan yn cysylltu'ch cartref â'r brif bibell ddŵr yn y ffordd. Y bibell gyswllt yw'r darn o'r bibell gwasanaethu sy'n rhedeg o'r brif bibell hyd at ffin eich eiddo. Y cwmni dŵr sy'n gyfrifol am y bibell hon.

Bydd stoptap ar y bibell hon mewn siambr ger ffin eich eiddo. Os oes mesurydd dŵr gennych, gallai hwnnw fod yn y siambr hefyd.

Y bibell gyflenwi yw'r darn o'r bibell sy'n mynd o'r stoptap i mewn i'ch eiddo. Cyfrifoldeb perchennog yr eiddo yw'r bibell hon. Os ydych chi'n rhentu eich eiddo, y landlord sy'n gyfrifol am y bibell gyflenwi a'r gwaith plymio mewnol (oni bai bod eich cytundeb rhentu'n nodi fel arall).

Mae gan rai mathau o eiddo hŷn, ac yn enwedig tai teras, bibell gyflenwi gyffredin sy'n darparu dŵr ar gyfer nifer o dai trwy un cysylltiad â'r brif bibell (fel y mae'r llun isod yn ei ddangos). Yn yr achosion hyn, holl berchnogion yr eiddo sy'n rhannu'r cyfrifoldeb dros y bibell gyflenwi.

Yn achos eiddo sy'n cael ei wasanaethu gan gyflenwad dŵr preifat, perchennog yr eiddo sy'n gyfrifol am yr holl bibellau, o'r pwynt cyflenwi[2] i'r tap.



(1) Rheoliadau Cyflenwi Dŵr (Ansawdd Dŵr) 2010
(2) Mae'r pwynt cyflenwi naill ai wrth tarddle e.e. twll turio, neu os nad chi sydd biau'r ffynhonnell, y pwynt lle cytunir bod cyfrifoldeb dros y pibellau'n trosglwyddo o berchennog y tarddle i berchennog yr eiddo

Sut ydw i'n gwybod os oes pibellau plwm yn fy nghartref?

Os cafodd eich cartref ei adeiladu cyn 1970, ac nad oes gwaith moderneiddio wedi cael ei gyflawni arno ers hynny, mae'n bosibl bod gennych bibellau plwm. Os ydych chi'n ansicr, gallwch gyflawni ambell i brawf syml:

- Ffeindiwch y fan lle mae'r bibell ddŵr yn dod i mewn i'ch eiddo; mae hyn yn tueddu i fod wrth y stoptap mewnol, sydd o dan sinc y gegin fel rheol.
- Chwiliwch ar hyd cymaint o'i hyd â phosibl.
  - Mae lliw llwyd pŵl ar bibellau plwm heb eu peintio, ac maen nhw'n teimlo'n feddal.
  - Wrth grafu'r wyneb â chyllell yn ofalus, fe welwch fetel sgleiniog, lliw arian oddi tano.
  - Mae'r cymalau ar bibellau plwm wedi chwyddo'n aml.

Sut byddaf i'n gwybod os oes sodr plwm gen i yn fy nghartref?

Mae hi'n amhosibl dweud y gwahaniaeth rhwng sodr plwm a sodr di-blwm ar gymalau pibellau trwy edrych yn unig. Yr unig ffordd o wneud hyn yw cyflawni prawf arbenigol ar y sodr.

Os ydych chi'n poeni, gallwch gysylltu â'ch cwmni dŵr, a byddan nhw'n dod allan i'ch eiddo i gyflawni prawf.

Y ffordd orau o fynd ati yw atal y peth rhag digwydd yn y lle cyntaf, defnyddiwch blymwr ag enw da a gwnewch yn siŵr eu bod nhw'n defnyddio sodr heb blwm ar eich system ddŵr.

Yr unig ffordd bendant o ddileu lefelau'r plwm yn llwyr o'ch dŵr yw cael gwared ar unrhyw bibellau plwm sydd yn eich eiddo a gosod rhai copr neu blastig sydd wedi eu cymeradwyo i'w defnyddio gyda dŵr yfed eu lle, a thrwy wneud yn siŵr bod eich plymwr yn defnyddio sodr di-blwm.

Os penderfynwch chi ddisodli'r pibellau plwm sy'n gwasanaethu eich eiddo, cysylltwch â'ch cwmni dŵr, a fydd yn sicrhau bod y darn o'r bibell gwasanaethu y maen nhw'n gyfrifol amdani (y bibell gyswllt) yn cael ei disodli hefyd os yw hi'n un plwm.

Beth gallaf i ei wneud i leihau'r lefelau plwm yn fy nŵr tap?

Os ydych chi'n poeni am bibellau plwm neu sodr plwm, gallech drefnu prawf i weld a oes plwm yn eich dŵr. Cysylltwch â'ch cwmni dŵr os yw eich cyflenwad yn dod o'r brif bibell, neu eich awdurdod lleol os oes cyflenwad dŵr preifat gennych. Mae rhai cwmnïau dŵr, fel Dŵr Cymru, yn cynnig profion plwm am ddim ar gyfer cwsmeriaid ar gais.

Os oes pibellau plwm yn eich eiddo, mae modd lleihau lefelau'r plwm yn y tymor byr trwy gymryd ambell i gam syml cyn yfed y dŵr neu ei ddefnyddio i'w goginio.

- Peidiwch ag yfed neu goginio gyda dŵr sydd wedi bod yn sefyll mewn pibellau am oriau dros nos, neu os yw'r tŷ wedi bod yn wag am y diwrnod. Rhedwch y dŵr o'r tap dŵr oer rydych yn ei ddefnyddio ar gyfer dŵr yfed nes eich bod chi wedi casglu llond bowlen golchi llestri o ddŵr. Dylai hynny fod yn ddigon i glirio tua 40m o bibellau, felly os yw eich tŷ mwy na 40m o'r stryd, hwyrach y bydd angen rhedeg y dŵr ychydig bach yn fwy. Does dim angen gwastraffu'r dŵr yma, gallech ei ddefnyddio i ddyfrio'r planhigion, er enghraifft.

- Defnyddiwch y tap dŵr oer i gael dŵr i'w yfed neu i goginio bob tro. Mae dŵr poeth yn hydoddi plwm yn gynt na dŵr oer, ac felly mae'n debygol o gynnwys mwy o blwm. Os oes angen dŵr poeth at ddibenion yfed neu goginio, dylech dynnu dŵr o'r tap dŵr oer a'i gynhesu. Defnyddiwch ddŵr o'r tap dŵr oer bob tro wrth yfed ac wrth wneud fformwla llaeth babanod, a chofiwch redeg y tap i glirio'r pibellau'n gyntaf.

Beth yw'r effeithiau ar iechyd?

Rydyn ni'n ymwybodol iawn o effeithiau datguddiad i blwm ar iechyd pobl. Metel trwm gwenwynig niweidiol yw plwm; llyncu neu anadlu plwm sy'n achosi ei effeithiau niweidiol fel rheol. Gall datguddiad i lefelau uchel o blwm gael effaith niweidiol ar iechyd pobl.

Gall datguddiad tymor byr i lefelau uchel o blwm achosi blas metel yn y geg, a symptomau sy'n cynnwys poen yn y bol, cyfog, diffyg archwaeth, pwysau gwaed isel, a niwed i'r arennau a'r afu.

Gall datguddiad tymor hwy achosi cur pen, anniddigrwydd, blinder, poenau yn y cyhyrau a gall achosi niwed i ddatblygiad yr ymennydd mewn plant. Mae menywod beichiog a phlant ifanc yn fwy sensitif i blwm nag oedolion.

Gwenwyn cronnol yw plwm, sy'n golygu bod y plwm yn gallu cronni yn y corff dros amser, ac yn enwedig yn y dannedd a'r esgyrn. Mae hi'n ddoeth felly cadw eich datguddiad i blwm mor isel â phosibl.

Os ydych chi'n byw yng Nghymru ac am gael cyngor pellach am effeithiau datguddiad i blwm ar eich iechyd, cysylltwch â Thîm Diogelu Iechyd Iechyd Cyhoeddus Cymru yn eich ardal chi.

Mae eu manylion cyswllt ar gael trwy fynd i'r wefan ganlynol:
publichealthwales.wales.nhs.uk
Dylai trigolion yn ardal Henfforddd a Chaer gysylltu â:
gov.uk/government/organisations/public-health-england.

Beth mae'r cwmnïau dŵr yn ei wneud?

Mae'r cwmnïau dŵr wedi gwario arian mawr ar osod mesurau ychwanegol mewn gweithfeydd trin dŵr er mwyn lleihau faint o'r plwm o'r pibellau plwm yn eiddo'r cwsmeriaid sy'n hydoddi i'r dŵr.

- Maen nhw'n cymryd miloedd o samplau o ddŵr yng nghartrefi eu cwsmeriaid er mwyn profi am blwm hefyd. Ychydig iawn sy'n methu â bodloni'r safonau o ran plwm, ac mae hynny fel rheol oherwydd cyflwr neu hyd eu pibellau plwm, neu oherwydd presenoldeb sodr plwm.

- Maen nhw'n gweithio gyda gweithwyr iechyd ac awdurdodau lleol er mwyn codi ymwybyddiaeth eu cwsmeriaid am bibellau plwm.

- Maen nhw'n cynnig gwasanaeth i brofi dŵr tap am blwm ar gais eu cwsmeriaid.

Ble gallaf i droi i gael rhagor o gyngor am blwm?

Gallwch gael rhagor o wybodaeth am blwm trwy:

- Fynd i wefan eich cyflenwr dŵr.
- Cysylltu â'ch cyflenwr dŵr neu'ch awdurdod lleol.
- Mynd i wefan yr Arolygiaeth Dŵr Yfed sef **dwi.gov.uk.**
- Mynd i wefan y Cynllun Ymgynghori Rheoliadau Dŵr, sef **wras.co.uk** i gael cyngor ar ddefnyddio deunyddiau sodr a fflwcs derbyniol a deunyddiau cymeradwy yn y pibellau.
- Mynd i wefan Iechyd Cyhoeddus Cymru **publichealthwales.wales.nhs.uk.**
- Dylai trigolion ardaloedd Henfforddd a Chaer gysylltu â: **gov.uk/government/organisations/public-health-england.**
- Yn ogystal, gallwch ddarllen cyhoeddiad Water UK, 'Looking After Water in Your Home' sydd ar gael trwy ddilyn y ddolen hon: **water.org.uk/looking_after_water_in_your_home.**