Alergeddau (Allergies)

Trawsgrifiad o'r sain. Transcript of the audio. English translation below.

Stori Eshaal

Mae Eshaal yn dair mlwydd oed ac yn byw ac yn byw gyda'i mam, ei thad, dau frawd hŷn, a'i nain (neu Daddii) mewn tref brysur. Mae ganddyn nhw gi anwes. Roedd cath ganddyn nhw ond roedd rhaid i'r gath fynd i fyw i rywle arall ar ôl i Eshaal ddangos arwyddion o alergeddau.

Dangosodd Eshaal arwyddion o alergeddau wrth iddi fynd o'r fron i fwydydd babi.

Mae bob math o fwydydd yn gallu arwain at adwaith alergedd, er enghraifft - llaeth buwch, wyau, bwyd yn cynnwys gluten – gwenith, barlys a rhyg, cnau o bob math yn enwedig cnau mwnci, a physgod.
Weithiau mae plentyn yn gallu dangos alergedd i anifeiliaid, fel cath Eshaal.

Beth yw rhai o arwyddion alergedd?
Tisian, trwyn yn rhedeg, llygaid coch sy'n cosi, peswch gwichlyd ac weithiau, mae brech yn ymddangos.
Mae llawer iawn o blant yn tyfu allan o'u alergeddau. Ond mae alergedd i gnau mwnci yn para oes.

Mae anaffylacsis yn fath difrifol iawn o ymateb alergedd ac yn gallu peryglu bywyd. Mae'n rhaid wrth ofal arbennig gyda phlentyn sydd â'r math hyn o ymateb. Mae angen triniaeth brys os yw plentyn yn cael ymateb anaffylactig.

Mae Eshaal yn cychwyn ym meithrinfa Gwdihŵs yn y dref cyn bo hir.

Pwynt Trafod
Beth sydd angen ei wneud cyn i Eshaal ddechrau mynd i'r feithrinfa? Oedwch y fideo i drafod.

A wnaethoch chi ystyried...
Cyfarfod pontio rhwng rhieni Eshaal a rheolwr a staff y feithrinfa?
Efallai byddai'r cyfarfod yn cynnwys yr ymwelydd iechyd sy'n cadw golwg ar Eshaal a chyngor gan y meddyg teulu.
Adnabod pa fath o hyfforddiant sydd ei angen ar y feithrinfa.

Gan bod Eshaal yn dod o gartref Mwslim, rhaid ystyried gofynion bwydydd addas iddi hi. Mae trafod hyn gyda'r teulu yn sylfaenol bwysig i berthynas dda rhwng y feithrinfa a'r teulu.

Cofiwch bod Daddii yn byw gyda'r teulu. Hi yw nain neu mamgu Eshaal ac yn berson pwysig iawn yn ei bywyd.

Mae deall, gwrando ac ystyried holl ofynion y plentyn yn allweddol. Dyma sy'n sylfaen i'r egwyddor o rhoi'r plentyn yn y canol. Dyma sy'n cael ei alw'n dull gweithredu plentyn-ganolog.

Rhwng pawb, bydd cynllun yn cael ei greu a bydd pawb yn y feithrinfa yn deall beth sydd ei angen er mwyn i Eshaal fod yn ddiogel yn y feithrinfa a hefyd ei bod yn mwynhau chwarae a dysgu yr union yr un ffordd â phob plentyn arall.

Rhai o bwyntiau pwysig o gynllun Eshaal a'r cynllun asesiad risg:

- Pob aelod o staff i gael hyfforddiant er enghraifft hyfforddiant epi-pen os yw Eshaal yn defnyddio un.
- Gwneud yn siŵr bod pawb yn deall pa fwydydd neu ddeunyddiau sy'n achosi ei halergedd.
- Cadw cofnod yn nodi gweithgareddau Eshaal, beth oedd hi'n bwyta ac yfed, pryd roedd hi'n mynd i'r tŷ bach ac yn y blaen.
- Arferion glendid tyn: pawb i olchi eu dwylo'n gyson a golchi'r offer a'r teganau.
- Sicrhau bod plant ddim yn rhannu bwyd a diod.
- Gosod posteri yn y dderbynfa yn rhoi gwybod i deuluoedd, rhieni, ac ymwelwyr bod gan blentyn yn y feithrinfa alergedd i gnau.
- Anfon llythyr allan at ddefnyddwyr y feithrinfa i ofyn iddyn nhw beidio rhoi bwydydd gyda chnau ym mocs bwyd eu plant.

COFIWCH....mae'r rhan fwyaf o'r pwyntiau hyn yn berthnasol i bob plentyn yn y feithrinfa nid jest i Eshaal.

Pwynt Trafod

Sut byddech chi'n sicrhau bod Eshaal yn saff amser cinio? Sut byddech chi'n sicrhau ei bod hi'n cael ei chynnwys yn y sgwrs a'r hwyl yn ystod amser cinio cymdeithasol? Oedwch y fideo i drafod.

A wnaethoch chi ystyried...?

Gwneud yn siŵr bod oedolyn yn eistedd rhwng Eshaal a'r plentyn nesaf ati. Y peth gwaethaf byddai trefnu bod Eshaal yn eistedd ar ei phen ei hun. Byddai hynny'n mynd yn gwbl groes i bob egwyddor o gynhwysiant a chyfle cyfartal.

Mae meithrinfa Gwdihŵs wedi creu matiau bwyd i ddangos alergeddau'r plant. Mae taflen ar y wal yn nodi'r alergeddau hefyd.
Mae'n bosib rhoi enw a motiff ar bob plat a bod yr arferiad hyn yn cael ei ymestyn i bob math o lefydd yn y feithrinfa, er enghraifft peg cotiau, label gweithgareddau ac yn y blaen.

Pwynt trafod
Pa bwyntiau pwysig sy'n rhaid eu hystyried wrth wneud yn siŵr bod lles Eshaal yn flaenoriaeth? Oedwch y fideo i drafod.

A wnaethoch chi ystyried...?
Lles corfforol: bod Eshaal yn saff a bod canllawiau diogelwch yn eu lle (er enghraifft, sicrhau bod pawb yn deall sut mae defnyddio epi-pen ac efallai gwneud yn siŵr bod epi-pen ychwanegol yn cael ei gadw'n saff)
Lles emosiynol a chymdeithasol: Bod dim byd amlwg yn gwahaniaethu Eshaal oddi wrth plant eraill. Bod Eshaal yn cael ei chynnwys yn y gweithgareddau, er enghraifft chwarae tu allan, amser bwyd, paentio, cornel darllen.
Cadw cofnod a chynllun gweithredu: Mae cadw cofnod a chynllun gweithredu i sicrhau bod gwybodaeth fanwl am alergeddau Eshaal yn cael eu cadw yn bwysig iawn. Mae'n ffordd o sicrhau bod pawb yn deall ei chyflwr, sut mae hi'n ymateb, beth sydd angen ei wneud ac yn y blaen.
Bydd hyn yn gofnod pwysig iawn hefyd pan fydd Eshaal yn trosglwyddo i'r ysgol o'r feithrinfa.

Dyma enghraifft o gynllun gweithredu a chofnod yn arbennig ar gyfer Eshaal Efallai byddai angen mwy o fanylder gyda plentyn ag alergeddau mwy difrifol.

Eshaal's Story

Eshaal is three years old and lives with her mother, father, her two older brothers, and her grandmother (or Daddii) in a busy town. They have a pet dog. They had a cat but she had to go and live elsewhere when Eshaal showed signs of allergies.

Eshaal showed signs of allergies as she transitioned from the breast to baby food.

All kinds of food can lead to an allergic reaction, for example – cow's milk, eggs, food that contains gluten – wheat, barley, and rye, all kinds of nuts especially peanuts, and fish.

Sometimes a child can show signs of an allergy to animals, like Eshaal's cat.

What are some of the signs of an allergy?

Sneezing, runny nose, red and itchy eyes, wheezy cough…and sometimes a rash appears.

A lot of children grow out of their allergies. But an allergy to peanuts lasts a lifetime!

Anaphylaxis is a very serious type of allergic reaction that can endanger life. Special care must be taken with a child who has this type of reaction.

Emergency treatments are needed if a child has an anaphylactic reaction.

Eshaal is starting at Gwdihŵs nursery in town soon.

Discussion point
What needs to be done before Eshaal starts attending the nursery? Pause the video to discuss.

Did you consider…
A transition meeting between Eshaal's parents and the manager and the staff at the nursery?
Perhaps the health visitor that looks after Eshaal could be included in the meeting as well as advice from the family doctor.
Identify what type of training is needed for the nursery.
As Eshaal comes from a Muslim home, suitable food requirements must be considered for her. Discussing this with the family is fundamentally important for a good relationship between the nursery and the family.
Remember that Daddii lives with the family. She is Eshaal's grandmother and is a very important part of her life.

Understanding, listening, and considering all the needs of the child is essential. This is the foundation of the principle of putting the child at the centre.

When discussing any plans, the child must be put at the centre of the conversation. This is what is called a child-centred approach.

Between everyone, a plan will be created and everyone in the nursery will understand what is needed so that Eshaal is safe in the nursery and that she also enjoys playing and learning in exactly the same way as every other child.

Some of the important points Eshaal's plan and risk assessment:

- All members of staff to receive training, for example training on using an epi-pen if Eshaal uses one
- Make sure everyone understand what foods or materials cause her allergies
- Keep a record of Eshaal's activities, what she ate and drank, when she went to the toilet and so on
- Strict hygiene practices: everyone to wash their hands regularly and wash the tools and toys
- Ensuring that children do not share food and drink
- Placing posters in reception informing families, parents and visitors that a child in the nursery has a nut allergy
- Send out a letter to nursery users to ask them not to put foods with nuts in their children's lunch boxes

REMEMBER…most of these points are relevant to every child in the nursery, not just Eshaal.

Discussion point

How would you make sure Eshaal is safe during lunchtime? How would you ensure that she is included in the conversation and fun during social lunchtime? Pause the video to discuss.

Did you consider…?

Make sure an adult sits between Eshaal and the child next to her. The worst thing would be arranging that Eshaal sits alone. That would go completely against all principles of inclusion and equal opportunities.

Gwdihŵs nursery have created food mats to show the children's allergies.
There is also a leaflet on the wall stating the allergies.
It is possible to put a name and a motif on each plate and that this practice is extended to all kinds of places in the nursery, for example a coat peg, activity label drawer and so on.

Discussion point

What important points must be considered when making sure that Eshaal's welfare is a priority? Pause the video to discuss.

Did you consider **Physical Wellbeing**: That Eshaal is safe and safety guidelines are in place (for example, making sure everyone understands how to use an epi-pen and perhaps making sure an extra epi-pen is kept safe)

Emotional and social well-being: That there is nothing obvious that distinguishes Eshaal from other children. That Eshaal is included in the activities, for example playing outside, mealtimes, painting, reading corner.

Record keeping and an action plan: Keeping a record and an action plan to ensure that detailed information about Eshaal's allergies is kept is very important. It is a way of ensuring that everyone understands her condition, how she reacts, what needs to be done and so on. This will also be a very important record when Eshaal transfers from nursery to school.

Here is an example of an action plan and record especially for Eshaal.

Perhaps more detail will be needed with a child with more serious allergies.