

Cyngor Sir Penfro



Canllaw i Reoli Cyddwysiad a Llwydni yn eich Cartref

Cyngor Sir Penfro

www.sir-benfro.gov.uk

Mae taflenni hefyd ar gael yn Saesneg

Beth yw'r gwahaniaeth rhwng lleithder, cyddwysiad a llwydni?

Lleithder

Gall lleithder gael ei achosi naill ai gan ddiffyg yn adeiladwaith sylfaenol eich cartref sy'n caniatáu i ddŵr ddod i mewn o'r tu allan, neu gan ddŵr yn gollwng o'r gwaith plymio yn eich cartref (gwres canolog, pibellau dŵr neu'r pibellau dŵr gwastraff).

Gall y dŵr fod yn dod i mewn drwy'r waliau neu'r to neu o ddŵr yn codi trwy'r tŷ o'r ddaear. Pan fydd hyn yn digwydd, mae fel arfer 'marc llanw' ar y waliau sy'n dangos pa mor uchel mae'r dŵr wedi codi.



Cyddwysiad

Mae cyddwysiad yn digwydd pan ddaw aer twym a llaith yn erbyn arwyneb oer. Mae gweithgareddau arferol y cartref, fel coginio ac ymolchi, yn gallu achosi cyddwysiad pan ddaw aer twym yn erbyn waliau allanol neu ffenestri. Mae rhywfaint o leithder yn yr aer bob amser, hyd yn oed os nad oes modd ei weld. Pan fydd yr aer yn oeri nid yw'n gallu dal yr holl leithder ac mae diferion bach iawn o ddŵr yn dod i'r golwg. Os nad yw aer llaith yn gallu dianc drwy ffenestr agored neu awyrdwll, bydd yn symud o amgylch y cartref hyd nes daw i fan oer lle bydd yn cyddwyso. Mae hyn yn gallu achosi i llwydni dyfu. Nid yw llwydni o reidrwydd yn tyfu yn yr un lle ag y daeth y lleithder ohono.



Llwydni

Mae sborau llwydni bob amser yn yr awyr. Bydd tyfiant yn ymddangos pan fydd sborau llwydni yn egino wrth ddod i gysylltiad ag arwynebau sy'n llaith oherwydd cyddwysiad neu dreiddiad dŵr glaw. Bydd llwydni yn ymddangos fel smotiau bach du, llwyd neu wyrdd ar waliau neu arwynebau eraill.

Problemau y gall gormod o gyddwysiad eu hachosi

Mae tamprwydd sy'n digwydd oherwydd gormod o gyddwysiad yn gallu achosi i llwydni dyfu ar waliau a chelfi, llwydni ar ddillad a mathau eraill o ddeunyddiau a pheri i ar fframiau ffenestri pren bydru. Hefyd, mae tamprwydd a lleithder yn creu amgylchedd lle gall gwiddon llwch y tŷ genhedlu'n rhwydd. Mae presenoldeb llwydni a gwiddon llwch yn gallu gwaethygu clefydau'r frest fel asthma a llid y frest.

Y pedwar prif ffactor sy'n achosi cyddwysiad

- Creu gormod o leithder yn y cartref
- Dim digon o aer yn dod i mewn
- Arwynebau oer
- Tymheredd y cartref.

Er mwyn rheoli cyddwysiad mae angen cytbwysedd rhwng lleithder, awyru, inswleiddio a gwresogi.

Lleithder yn y cartref

Mae hyn yn dangos faint o leithder y mae gweithgareddau pob dydd yn ei greu:

Mae gweithgareddau bob dydd yn ychwanegu lleithder ychwanegol i'r aer y tu mewn i'n cartrefi. Gall un unigolyn sy'n byw ac yn anadlu mewn tŷ ychwanegu hyd at 1.5 peint o leithder i'r aer bob dydd.

Bath neu gawod
2 beint



Golchi dillad
1 peint



Sychu dillad yn y tŷ
9 peint



Coginio a berwi'r tegell
6 pheint



Golchi'r llestri
2 beint



Mae'r teulu cyffredin yn cynhyrchu 20 peint o leithder y dydd yn ei gartref.

Gwneud cyddwysiad yn llai tebygol trwy greu llai o leithder

- Ceisiwch beidio â sychu dillad y tu mewn i'r cartref. Rhwch y dillad gwlyb y tu allan i sychu, neu eu hongian yn yr ystafell ymolchi gyda'r drws ar gau a ffenestr ychydig yn agored neu ffan echdynnu ymlaen. Bydd hyn yn caniatáu i'r lleithder fynd allan yn hytrach na chylchredeg o amgylch y cartref. Peidiwch â chael eich temptio i roi dillad gwlyb ar reiddiaduron neu o flaen gwresogydd neu reiddiadur i'w sychu.
- Cadwch y caead ar y sosban wrth goginio a lleihau'r fflam cyn gynted ag y bydd y dŵr yn berwi. Peidiwch â berwi llysiau mewn rhagor o ddŵr na'r hyn y mae ei angen.
- Wrth lenwi bath, rhedwch y dŵr oer yn gyntaf ac yna ychwanegwch y dŵr poeth – bydd hyn yn lleihau'r stêm a gynhyrchir 90%.
- Cadwch ddrysau'r gegin a'r ystafell molchi wedi eu cau i atal lleithder rhag symud o amgylch y tŷ.
- Os ydych yn defnyddio peiriant sychdaflu, cofiwch sicrhau ei fod yn chwythu i'r tu fas neu ei fod yn un o'r rhai newydd sy'n cyddwysu.
- Peidiwch â thwymo'r gegin gyda'r cwcer nwy oherwydd bod hyn yn creu lleithder wrth losgi nwy.
- Ceisiwch osgoi defnyddio gwresogyddion nwy potel; maent yn cynhyrchu tua wyth peint o leithder o silindr nwy o faint cyffredin. Agorwch ffenestr ar gyfer awyru os ydych chi'n defnyddio un.



Awyru eich cartref

Mae awyru yn gallu helpu i leihau cyddwysiad trwy hala'r aer twym mas o'r cartref a dod ag aer mwy sych i mewn yn ei le o'r tu fas.



- Ceisiwch leihau cyddwysiad sydd wedi cronni dros nos trwy 'groes-awyru' y cartref – agorwch ffenestr fach i lawr y grisau ac un fach i fyny'r grisau. Dylai'r ffenestri fod ar ochrau cyferbyn y tŷ, neu'n groeslinol gyferbyn os ydych mewn fflat. Ar yr un pryd, agorwch y drysau mewnol – bydd hyn yn caniatáu i aer sychach gylchredeg o amgylch y cartref. Dylid cynnal croes-awyru am ryw 30 munud bob dydd.

**Cofiwch sicrhau nad yw'r ffenestri y gellir eu cyrraedd yn creu problem o ran diogelwch – cofiwch eu cau cyn i chi fynd mas.*

- Awyrrwch y gegin pan fyddwch yn ceginio, yn golchi'r llestri neu'n golchi â llaw trwy agor ffenestr fach. Os oes un gyda chi, defnyddiwch lwfer echdynnu uwchben y cwcer neu ffan wagio.
- Awyrrwch y gegin a'r ystafell molchi am oddeutu 20 munud wedi eu defnyddio trwy agor ffenestr fach uchel. Defnyddiwch ffan ffwrn os oes modd – nid yw defnyddio'r rhain yn gostus ac maen nhw'n effeithiol iawn.
- Awyrrwch eich ystafell wely trwy adael ffenestr ychydig ar agor gyda'r nos, neu defnyddiwch awyrrwyr araf os ydyn nhw wedi eu gosod.
- Cadwch ddrysau'r gegin a'r ystafell molchi wedi eu cau i atal lleithder rhag dianc i weddill y tŷ.



- Peidiwch â rhwystro awyrdyllau.
- Ceisiwch leihau'r risg o lwydni ar ddillad ac eitemau eraill sydd wedi'u storio trwy ganiatáu i aer gylchredeg o'u cwmpas. Tynnwch gefnau wardrob 'ffug' neu driliwch dyllau anadlu ynddynt. Peidiwch byth â gorlenwi cypyrddau dillad a chypyrddau, gan fod hynny'n cyfyngu ar gylchrediad aer.
- Dodwch y celfi ar floclau er mwyn i'r aer fedru cylchdroi o danodd. Cadwch fwch bach rhwng darnau mawr o gelfi a'r waliau.

Arwynebau oer

Mae cyddwysiad yn digwydd yn haws ar arwynebau oer yn y cartref, er enghraifft y waliau a'r nenfwd. Yn amlach na pheidio, mae modd twymo'r arwynebau hynny trwy wella'r inswleiddio ac atal drafftiau.

Bydd inswleiddio ac atal drafftiau yn fodd hefyd i gadw'r tŷ i gyd yn dwymach a bydd yn lleihau'r biliau tanwydd. Pan fydd y tŷ i gyd yn dwymach, bydd cyddwysiad yn llai tebygol o ddigwydd. Inswleiddio'r to a'r waliau yw'r math gorau o inswleiddio.



Os byddwch yn gosod unrhyw ddulliau atal drafftiau, dilynwch y canllawiau canlynol:

- Peidiwch ag atal drafftiau mewn ystafelloedd sydd â phroblem cyddwysiad, neu lle mae gwresogydd neu ffwrn sy'n llosgi nwy neu danwydd solet, gan fod angen aer ar y rhain i weithredu'n ddiogel (sicrhewch fod gennych larymau carbon monocsid sy'n gweithio mewn ystafelloedd gyda'r dyfeisiau hyn). Nid oes angen

aer o'r ystafell ar foeleri gwres canolog modern er mwyn gweithredu felly gellir atal drafftiau yn y lleoliadau hyn (ond eto mae angen larwm carbon monocsid arnynt).

- Peidiwch â chau awyrdyllau parhaol neu friciau awyr sydd wedi eu gosod ar gyfer gwresogi neu offer gwresogi.
- Peidiwch â gosod dulliau atal drafftiau ar ffenestri'r ystafell molchi neu'r gegin.



Tymheredd y cartref

Mae aer twym yn dal mwy o leithder nag aer oerach sy'n debygol o greu diferion bach o gyddwysiad o amgylch y cartref. Mae twymo un ystafell yn dwym iawn a gadael yr ystafelloedd eraill yn oer yn gwneud y cyddwysiad yn waeth mewn ystafelloedd heb wres. Mae'n well felly cadw'r gwres yn gymedrol neu'n isel ym mhob rhan o'r tŷ. Bydd cadw'r gwres ymlaen yn isel drwy'r dydd mewn tywydd oer yn helpu i reoli'r cyddwysiad.

- Os nad oes gwres ymlaen ym mhob ystafell, cadwch ddrysau'r ystafelloedd heb wres yn agored er mwyn i rywaint o wres fynd i mewn.
- Cadwch y llenni ar agor am 4-5 awr y dydd.
- Er mwyn twymo rhagor ar ystafelloedd heb unrhyw fath o fodd gwresogi wedi ei osod, mae'n well gwneud hynny gyda gwresogyddion trydan, er enghraifft rheiddiaduron wedi eu llenwi ag olew neu wresogyddion panel, ar farc isel.

**Cofiwch fod gwresogyddion symudol gyda nwy potel yn creu llawer o leithder wrth losgi. Yn groes i'r gred gyffredinol, mae'n digwydd bod yn rhatach i chi dwymo ystafell gyda thrydan 'cyfnod prysur' na gwneud hynny gyda gwresogydd nwy potel.*

**Gofalwch beidio â 'gorawyru' y cartref pan fydd hi'n oer, oherwydd bydd hyn yn peri i dymheredd y tu mewn i'r cartref ddisgyn a gwneud cyddwysiad yn fwy tebygol. Bydd yn cynyddu eich costau gwresogi hefyd.*

Camau i rwystro tyfiant llwydni

Yn gyntaf, ceisiwch drin y llwydni sydd eisoes yn y cartref, ac yna rhoi sylw i'r broblem sylfaenol o gyddwysiad er mwyn atal y llwydni rhag dod yn ei ôl.

- I ladd a symud llwydni, golchwch neu chwistrellwch y waliau â hylif golchi sy'n lladd ffwng gyda 'rhif cymeradwyo' y Weithrediaeth Iechyd a Diogelwch arno (rhif HSE), a gwnewch yn siŵr eich bod yn dilyn y cyfarwyddiadau ar gyfer ei ddefnyddio'n ddiogel. Mae hylifau golchi ffwngladdol ar gael yn aml mewn archfarchnadoedd lleol.
- Sychlanhewch ddillad sydd wedi llwydo, a glanhewch y



carpedi â siampw.

- Peidiwch â cheisio symud llwydni gyda brwsh neu sugnydd llwch.
- Wedi'r driniaeth, paentiwch a phapurwch eto gyda phaent lladd ffwng o ansawdd da a phast papur wal sy'n gallu gwrthsefyll ffwng i geisio rhwystro'r llwydni rhag dod yn ei ôl. Os rhowch baent neu bapur wal arferol ar ben paent lladd ffwng neu wrth-gyddwysiad, ni fydd yn gweithio.



**Cofiwch: yr unig ffordd o gael gwared â llwydni unwaith ac am byth yw cael gwared â'r lleithder.*

Camau yn erbyn cyddwysiad

Mae'n bwysig dilyn y camau iawn i fynd i'r afael â chyddwysiad, ond yn y cyfamser dyma bethau rhwydd y dylech chi eu gwneud ar unwaith.

- Sychu'r ffenestri a silffoedd y ffenestri bob bore.
- Sychu arwynebau yn y gegin neu'r ystafell ymolchi sydd wedi gwlychu.
- Gwasgwch y clwt yn sych yn lle ei sychu ar reiddiadur.



Prif bwyntiau ar gyfer lleihau cyddwysiad

- Lleihau'r lleithder yn y cartref
- Awyru'n well
- Lleihau nifer yr arwynebau oer yn y cartref
- Cadw tymheredd digonol



Rydyn ni yma i helpu

Os ydych yn dal i feddwl bod gennych broblem gyda lleithder, llwydni a chyddwysiad yn eich cartref ar ôl dilyn y cyngor yn y daflen hon, cysylltwch â ni fel y gallwn ymchwilio iddi.

Tenantiaid Cyngor Sir Penfro – 01437 764551

(Cynnal a Chadw Adeiladau)

Tenantiaid Sector Preifat – 01437 764551

(Tîm Tai Sector Preifat)

Gorfodaeth Tai Preifat – housenfpri@pembrokeshire.gov.uk



Ffaniau echdynnu

Mae'r ffaniau echdynnu 'humidistat' y mae Cyngor Sir Penfro yn eu gosod yn eu heiddo yn cael eu hactifadu gan leithder. Mae'r rhain yn eich cegin a'ch ystafell ymolchi. Maent yn arbed ynni ac yn costio ychydig i'w rhedeg.

Cegin

Dylech bob amser sicrhau eich bod yn defnyddio'r ffan echdynnu wrth goginio. Bydd hyn yn helpu i gael gwared ar aer amhur. Cadwch y ffan echdynnu i redeg am ryw 5 munud, hyd yn oed ar ôl i chi orffen coginio.

Ystafell ymolchi

Dylech bob amser ddefnyddio'r ffan echdynnu pan fyddwch yn cael cawod neu fâth. Dylid ei adael i redeg nes bod yr anwedd wedi clirio o'r ystafell ymolchi. Os caiff y ffan ei ddiffodd cyn i'r cyddwysiad glirio, mae mwy o berygl y bydd llwydni'n datblygu o'r cyddwysiad sy'n cael ei adael yn yr ystafell.

Pan fydd y ffan ymlaen yn eich cegin neu ystafell ymolchi, dylid cau'r drws i'r ystafell tan fod y





cyddwysiad y cyddwysiad wedi clirio er mwyn sicrhau nad yw'r anwedd yn dianc i weddill y tŷ.

Mae'n bwysig cadw'ch ffaniau echdynnu'n lân i sicrhau eu bod yn rhedeg mor effeithlon â phosibl. Mae'r dull glanhau yn dibynnu ar y ffan sydd gennych chi.

Os ydych yn Denant Cyngor Sir Penfro a hoffech ofyn am ffan echdynnu humidistat, neu os hoffech gyngor ar sut i'w gadw'n lân, ffoniwch ein tîm Cynnal a Chadw Adeiladau ar:

01437 764551.

Inswleiddio lloffttydd

Dylai holl eiddo Cyngor Sir Penfro gael lloffttydd wedi'u hinswleiddio'n llawn. Os oes gan eich eiddo lai na 10 modfedd (25cm) o ddeunydd inswleiddio llofft, ffoniwch ein tîm Cynnal a Chadw Adeiladau ar:

01437 764551.

Biliau gwresogi

Os ydych yn denant i Gyngor Sir Penfro ac yn dymuno cael cyngor am y fargen orau ar gyfer eich biliau ynni, cysylltwch â'r Tîm Cymorth Ariannol i Denantiaid:

(Ffôn) 01437 764551

(E-bost) HousingFST@pembrokeshire.gov.uk

