



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

Brechlyn COVID-19

Canllaw i frechlyn atgyfnerthu COVID-19 i oedolion

Rhagfyr 2021

Mae'r daflen hon yn esbonio'r rhaglen brechlyn atgyfnerthu COVID-19 (coronafeirws) ar gyfer pobl gymwys

Beth yw'r coronafeirws neu COVID-19?

Mae COVID-19 yn glefyd resbiradol heintus iawn a achosir gan feirws SARS-CoV-2 ac mae'n fwy difrifol ymhlith pobl hŷn a'r rhai â chyflyrau iechyd penodol.

Pam mae rhai pobl angen brechlyn atgyfnerthu COVID-19?

Fel rhai brechlynnau eraill, gall lefelau'r warchodaeth ddechrau gwanio dros amser. Bydd y dos atgyfnerthu hwn yn helpu i ymestyn y warchodaeth a gawsoch o'ch dau ddos cyntaf ac yn rhoi gwarchodaeth tymor hwy i chi.

Bydd y brechlyn atgyfnerthu yn helpu i leihau'r risg y bydd angen i chi fynd i'r ysbyty oherwydd haint COVID-19 y gaeaf hwn.

Pwy fydd yn cael cynnig brechlyn atgyfnerthu COVID-19?

Bydd pob oedolyn dros 18 oed, a'r rhai dros 16 oed sydd mewn grŵp â mwy o risg (gan gynnwys gweithwyr lechyd a gofal cymdeithasol), yn cael cynnig dos atgyfnerthu o'r brechlyn COVID-19. I ddechrau, cynigir y brechlyn atgyfnerthu i'r rhai sydd â risg uwch o ddal COVID-19 ac sy'n debygol o ddioddef cymhlethdodau difrifol yr haint, sy'n cynnwys oedolion hŷn a'r rhai â chyflwr iechyd neu sydd mewn grŵp â mwy o risg o COVID-19.

Pryd fydd y brechlyn atgyfnerthu COVID-19 yn cael ei roi?

Gellir cynnig y brechlyn atgyfnerthu o leiaf dri mis ar ôl eich dos diwethaf. Fel eich dosau blaenorol, bydd y brechlyn yn cael ei roi yn rhan uchaf eich braich.

Mae'n ymddangos bod gwarchodaeth rhag clefyd difrifol o'r ddau ddos cyntaf yn dirywio'n Araf iawn ond dylai'r dos atgyfnerthu helpu i ymestyn eich gwarchodaeth i'r flwyddyn nesaf.

Sut byddaf yn cael fy mrechlyn?

Bydd y GIG yn cysylltu â chi i roi gwybod i chi pryd a ble i gael y brechlyn. Mae'n bwysig mynychu'ch apwyntiad pan gewch eich gwahodd.

Os na allwch ddod, rhowch wybod i'r tîm archebu fel bod posib rhoi eich apwyntiad i rywun arall. Mae manylion cyswllt ar gael ar eich llythyr apwyntiad.

Pa frechlyn fydd yn cael ei gynnig i chi?

Byddwch yn cael cynnig y brechlyn addas i chi a allai fod yr un fath neu'n wahanol i'r brechlynnau a gawsoch o'r blaen.

Mae'r brechlynnau hyn wedi cael eu rhoi i filiynau o bobl yn y DU - maen nhw'n ddiogel ac yn cael eu hargymell i'w defnyddio fel brechlynnau atgyfnerthu.

A fyddaf yn profi unrhyw sgîl-effeithiau?

Yn yr un modd â'ch dosau blaenorol, mae'r sgîl-effeithiau cyffredin yr un fath ar gyfer pob



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

brechlyn COVID-19 a ddefnyddir yn y DU, ac maent yn cynnwys y canlynol:

- teimlad poenus, trwm ac anghysurus yn y fraich lle cawsoch eich pigiad am sawl diwrnod ar ôl y brechlyn
- teimlo'n flinedig
- cur pen
- poenau cyffredinol neu symptomau tebyg i fflw ysgafn

Gallwch gael tymheredd fymryn yn uchel am ddau i dri diwrnod ond mae tymheredd uchel iawn yn anarferol a gall ddynodi bod gennych COVID-19 neu haint arall. Gallwch gymryd y dos arferol o barasetamol (dilynwch y cyngor ar y pecyn) a gorffwys i'ch helpu i deimlo'n well. Peidiwch â chymryd mwy na'r dos arferol.

Mae'r symptomau hyn yn para llai nag wythnos fel rheol. Os yw'n ymddangos bod eich symptomau'n gwaethgu neu os ydych chi'n pryderu, ffoniwch GIG 111 Cymru ar 111 neu eich meddygfa. Os nad yw 111 ar gael yn eich ardal chi, ffoniwch 0845 46 47. Mae galwadau i GIG 111 Cymru am ddim o linellau tir a ffonau symudol. Mae galwadau i 0845 46 47 yn costio 2c y funud ynghyd â ffi fynediad arferol eich darparwr ffôn.

Sgîl-ffeithiau difrifol

Ledled y byd, bu achosion diweddar, prin iawn o lid ar y galon hefyd, o'r enw myocarditis neu pericarditis, yn cael eu cofnodi ar ôl brechlynnau COVID-19 Pfizer a Moderna.

Gwelwyd yr achosion hyn yn bennaf ymhlith dynion iau o fewn sawl diwrnod ar ôl cael eu brechu. Fe wnaeth y rhan fwyaf o'r bobl hyn wella a theimlo'n well ar ôl gorffwys a thriniaethau syml.

Dylech ofyn am gyngor meddygol ar frys os ydych chi, ar ôl cael brechlyn, yn profi'r canlynol:

- poen yn y frest
- eich anadl yn fyr
- teimlo bod eich calon yn curo'n gyflym, yn afreolaidd neu'n drwm iawn

Pwy ddylai ymatal rhag cael brechlyn atgyfnerthu COVID-19?

Nid oes llawer o bobl na ddylai gael y brechlyn atgyfnerthu.

Os cawsoch chi sgîl-ffeithiau difrifol ar ôl unrhyw ddos blaenorol, efallai y cewch eich cynghori i osgoi neu ohirio brechu pellach. Dylech drafod hyn gyda'ch meddyg neu arbenigwr. Gallwch roi gwybod am unrhyw sgîl-ffeithiau ar-lein yn: coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk neu drwy ap y Cerdyn Melyn.

Beth ddylwn i ei wneud os ydw i wedi cael COVID-19 eisoes?

Mae arnoch angen brechlyn atgyfnerthu hyd yn oed os ydych chi wedi cael eich heintio â COVID-19 eisoes.

Os ydych chi wedi profi'n bositif yn ddiweddar am y coronafeirws, dylech aros am 4 wythnos ar ôl haint COVID-19 cyn cael eich brechlyn atgyfnerthu, hyd yn oed os nad oedd gennych unrhyw symptomau.

Gellir dod o hyd i ragor o wybodaeth a thaflenni cleifion yn:

icc.gig.cymru/pynciau/imiwneiddio-a-brechlynnau/gwybodaeth-brechlyn-covid-19



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

A allwch chi ddal COVID-19 ar ôl cael y brechlyn?

Bydd brechlyn COVID-19 yn lleihau'r siawns y byddwch chi'n dioddef o COVID-19. Efallai y bydd yn cymryd ychydig ddyddiau i'ch corff adeiladu rhywfaint o warchodaeth ar ôl cael y brechlyn atgyfnerthu.

Fel pob meddyginiaeth, nid oes unrhyw frechlyn yn gyfan gwbl effeithiol - gall rhai pobl gael COVID-19 yr un fath, er eu bod wedi cael brechlyn, ond dylai fod yn llai difrifol.

Os nad ydych wedi cael y brechlynnau cyntaf

Os nad ydych wedi cael yr un o'ch dau ddos cyntaf o'r brechlyn eto, dylech eu cael cyn gynted â phosibl.

Bydd arnoch angen y brechlyn atgyfnerthu yr un fath ond bydd ei amseriad yn dibynnu ar pryd cawsoch eich dau ddos cyntaf.

Hefyd, os ydych yn gymwys i gael brechlyn y fflw, gallwch ei dderbyn ar yr un pryd â'ch brechlyn atgyfnerthu neu ar unrhyw adeg cyn neu ar ôl y brechlyn atgyfnerthu. Mae mwy o wybodaeth am frechlyn y fflw ar gael yma: icc.gig.cymru/brechlynffliw

Mwy o wybodaeth

Gallwch gael mwy o wybodaeth am frechlynnau COVID-19, gan gynnwys eu cynnwys a'u sgîl-effeithiau posibl, yn: coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation.

Mae mwy o wybodaeth a thafleenni cleifion ar gael yn: icc.gig.cymru/pynciau/imiwneiddio-a-brechlynnau/gwybodaeth-brechlyn-covid-19

Gallwch roi gwybod am amheuaeth o sgîl-effeithiau ar-lein yn coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk neu drwy lawrlwytho ap y Cerdyn Melyn.

I gael gwybod sut mae'r GIG yn defnyddio eich gwybodaeth, ewch i: 111.wales.nhs.uk/AboutUs/Yourinformation?locale=cy

Ar gyfer fformatau eraill o'r daflen hon ewch i: iechyscyhoedduscymru.org/adnoddau-gwybodaeth-iechyd