



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

Brechlyn COVID-19

Beth i'w ddisgwyl ar ôl eich brechlyn COVID-19

Rhagfyr 2021

Mae'r brechlyn COVID-19 rydych chi wedi'i gael wedi cael ei gymeradwyo fel brechlyn diogel ac effeithiol gan yr Asiantaeth Rheoleiddio Meddyginiaethau a Chynhyrchion Gofal Iechyd (MHRA) annibynnol. Yn dilyn astudiaethau mawr a manwl o ddiogelwch ac effeithiolrwydd, mae'r MHRA wedi cymeradwyo sawl math gwahanol o frechlynnau COVID-19 i'w defnyddio yn y DU. Mae pob brechlyn wedi cael ei roi i filiynau o bobl mewn sawl gwlad wahanol a dangoswyd ei fod yn ddiogel ac yn effeithiol. Mae'r MHRA yn parhau i adolygu diogelwch y brechlynnau sy'n cael eu defnyddio yn seiliedig ar yr holl sgîl-effeithiau yr adroddir amdanynt gan weithwyr gofal iechyd proffesiynol a'r cyhoedd.

A fyddaf yn profi unrhyw sgîl-effeithiau?

Fel pob meddyginiaeth, gall brechlynnau achosi sgîl-effeithiau. Mae hyn oherwydd bod brechlynnau'n gweithio drwy sbarduno ymateb yn eich system imiwnedd. Mae'r rhain fel rheol yn ysgafn a dim ond am ychydig ddyddiau fyddant yn para, ac nid yw pawb yn eu cael.

Mae'r sgîl-effeithiau cyffredin iawn yn cynnwys:

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

Os yw'ch braich yn ddolurus iawn, efallai y bydd codi pethau trwm yn anodd i chi. Os ydych chi'n teimlo'n sâl neu'n flinedig iawn dylech orffwys ac osgoi gweithredu peiriannau neu yrru cerbyd.

Un sgîl-ffaith anghyffredin yw chwarennau chwyddedig o dan eich cesail neu yn y gwddw ar yr un ochr ag y cawsoch eich brechlyn. Gall hyn bara am oddeutu 10 diwrnod, ond os yw'n para'n hirach siaradwch â'ch meddyg. Os ydych chi i fod i gael mamogram yn ystod yr ychydig wythnosau ar ôl y brechlyn, dylech sôn am hyn pan fyddwch chi'n mynychu.

Gallwch gael mymryn o dymheredd am ddau neu dri diwrnod ar ôl y brechlyn ond mae tymheredd uchel 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 chi i deimlo'n well. Peidiwch â chymryd mwy na'r dos arferol o barasetamol.

Mae'r symptomau hyn yn para llai nag wythnos fel rheol. Os yw'n ymddangos bod eich symptomau'n gwaethygu neu os ydych chi'n pryderu, ffoniwch GIG 111. Os byddwch yn gofyn am gyngor gan feddyg neu nyrs, gwnewch yn siŵr eich bod yn dweud am eich brechlyn (dangoswch y cerdyn brechu) fel eich bod yn gallu cael asesiad priodol. Gallwch hefyd roi gwybod am unrhyw amheuaeth o sgîl-effeithiau ar ôl brechlynnau a meddyginiaethau ar-lein yn: coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk neu drwy ap y Cerdyn Melyn.



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

Oes unrhyw sgîl-ffeithiau eraill mwy difrifol?

Cafwyd adroddiadau o gyflwr eithriadol brin yn cynnwys ceuladau gwaed a gwaedu anarferol ar ôl brechu gyda'r brechlynnau AstraZeneca a Janssen. Mae hyn yn cael ei adolygu'n ofalus ond nid yw'r ffactorau risg ar gyfer y cyflwr hwn yn glir eto.

Mae'r Cyd-bwyllgor ar Frechu ac Imiwneiddio (JCVI) yn cynghori bod cyfradd lawer is o geuladau gwaed a gwaedu anarferol gyda dosau pellach. Oherwydd y risg uchel o gymhlethdodau a marwolaeth o COVID-19, mae'r MHRA, Sefydliad Iechyd y Byd ac Asiantaeth Meddyginiaethau Ewrop wedi dod i'r casgliad bod y balans o blaid brechu ar gyfer y mwyafrif helaeth o oedolion.

Os byddwch yn profi unrhyw rai o'r canlynol rhwng tua 4 diwrnod a 4 wythnos ar ôl y brechlyn, dylech gael cyngor meddygol ar frys:

- cur pen difrifol, newydd sydd ddim yn gwella gyda chyffuriau lleddfu poen arferol neu sy'n gwaethygu
- cur pen anarferol sy'n ymddangos fel pe bai'n gwaethygu wrth orwedd neu blygu drosodd neu
- gall fod yn gur pen a hefyd y canlynol:
 - golwg aneglur, teimlo'n sâl a thaflu i fyny
 - anhawster gyda'ch lleferydd
 - gwendid, teimlo'n gysglyd neu ffitiau
- cleisio neu waedu blaen pin newydd, anesboniadwy
- yr anadl yn fyr, poen yn y frest, y coesau wedi chwyddo neu boen parhaus yn yr abdomen

Ledled y byd, adroddwyd am achosion prin o lid ar y galon o'r enw myocarditis neu bericarditis ar ôl brechlynnau COVID-19. Gwelwyd yr achosion hyn yn bennaf ymhlith dynion iau o fewn sawl diwrnod ar ôl brechu. Fe wnaeth y mwyafrif o'r bobl hyn adfer a gwella yn dilyn gorffwys a thriniaethau syml.

Dylech ofyn am gyngor meddygol ar frys os byddwch yn profi:

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

Beth ddylwn i ei wneud os wyf yn sâl ar ddiwrnod fy apwyntiad nesaf?

Os ydych yn sâl gyda thymheredd uchel, mae'n well aros nes eich bod wedi gwella cyn cael eich brechlyn. Ni ddylech fynychu apwyntiad brechlyn os ydych chi'n hunanynysu, neu'n aros am brawf COVID-19 neu ganlyniad. Yn ddelfrydol, dylech aros am o leiaf 4 wythnos ar ôl cael prawf COVID-19 positif cyn cael eich brechlyn. Ffoniwch i aildrefnu eich apwyntiad cyn gynted â phosib.

A fydd y brechlyn yn fy ngwarchod i?

Bydd brechlyn COVID-19 yn lleihau'r siawns y byddwch yn dioddef o afiechyd COVID-19. Bydd yn cymryd ychydig wythnosau i'ch corff fagu amddiffyniad rhag y brechlyn. Fel pob meddyginiaeth, nid yw unrhyw frechlyn 100% yn effeithiol felly dylech barhau i ddilyn y rhagofalon a argymhellir, fel cadw pellter cymdeithasol, hylendid dwylo a masgiau wyneb



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

er mwyn osgoi haint. Efallai y bydd rhai pobl yn cael COVID-19 yr un fath ar ôl cael y brechlyn, ond dylai fod yn llai difrifol.

Ydw i'n gallu rhoi COVID-19 i unrhyw un, nawr fy mod i wedi cael y brechlyn?

Ni all y brechlyn roi haint COVID-19 i chi. Bydd yn lleihau eich siawns o fod yn ddifrifol wael. Mae'r brechlyn yn lleihau'r risg o drosglwyddo'r feirws, ond nid yw'n ei atal yn llwyr. Felly mae'n bwysig o hyd dilyn y canllawiau yn eich ardal leol i ddiogelu'r rhai o'ch cwmpas. Gellir dod o hyd i wybodaeth yn: llyw.cymru/coronafeirws

Mwy o Wybodaeth

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

Mae mwy o wybodaeth a thaflenni cleifion ar gael yn:

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

Gallwch roi gwybod am amheuaeth o sgîl-ffeithiau 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: icc.gig.cymru/gwasanaethau-a-thimau/adnoddau-gwybodaeth-iechyd