

**CURWCH
FFLIW
BEAT FLU**

FLU

**PROTECT YOUR CHILD
WITH A SIMPLE NASAL SPRAY**

Flu vaccination for children in 2019-20



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

YOUR CHILD'S AGE ON 31 AUGUST 2019	IS MY CHILD ELIGIBLE FOR A FLU VACCINATION?
Under two years old	Maybe - If your child has a long-term health condition, they should be vaccinated.
Two to three years old	Yes - Your child will be offered a flu vaccine at their GP surgery. (In some areas, three-year-olds will be offered the vaccine in nursery.)
Four to 10 years old	Yes - Your child will be offered a flu vaccine at their school. (If your child doesn't go to school, ask your GP surgery for the flu vaccine.)
11 years and over	Maybe - If your child has a long-term health condition, make sure they are vaccinated.

Most children aged two to 10 are vaccinated against flu every year. It is especially important that children aged between six months and 17 years who have a long-term health condition get vaccinated, as they are at higher risk of complications.

WHY DO CHILDREN NEED A FLU VACCINE?

Flu is caused by viruses and spreads easily. Anyone can get flu but **children have the highest rate of infection**, and flu can be serious for them.

Complications can include bronchitis, pneumonia and ear infections.

Some children get so ill they need to be admitted to hospital.

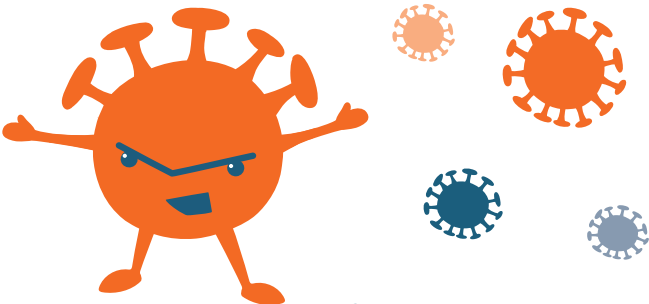
HOW DOES A FLU VACCINE HELP?

Having a flu vaccine **will help protect your child** from flu. Protection starts around two weeks after having the vaccine. The vaccine usually offers children good protection against flu.

It also helps reduce the chance of children spreading flu to others who are at high risk from flu, such as young babies, grandparents, and those with long-term health conditions.

Some people still get flu even after having a flu vaccine, but often with milder symptoms.

Flu vaccines do not protect against colds and other winter illnesses.



DO FLU VACCINES HAVE ANY SIDE EFFECTS?

Some children may get a temperature, feel tired, have a headache, aching muscles or reduced appetite for a day or two after having a flu vaccine. The nasal spray may cause a runny or blocked nose. The injection can leave a sore arm. Other reactions are less common. **The flu vaccine will not cause flu.**

Flu vaccines are very safe.

WHAT IF MY CHILD HAS A HEALTH CONDITION?

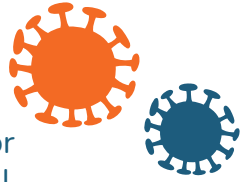
If your child is aged six months or older and has one of the following health conditions, it is important they have a flu vaccine every year as they are at increased risk of complications from flu.

Conditions include:

- heart problems
- chest problems, or breathing difficulties (including asthma that needs regular steroid inhalers or tablets)
- kidney disease
- lowered immunity due to disease or treatment
- liver disease
- diabetes
- a neurological condition (such as cerebral palsy)
- a problem with their spleen.

Children and young people who care for someone whose health would be at risk if the young carer became ill with flu, should also have a flu vaccine every year.

DO I NEED TO DO ANYTHING?



Children who are aged two or three on 31 August 2019 will be invited to have their flu vaccine at their GP surgery. In some areas, three-year-olds will be offered the vaccine in nursery. **If your child hasn't received an invitation for the vaccine before the end of November, contact their GP surgery.**

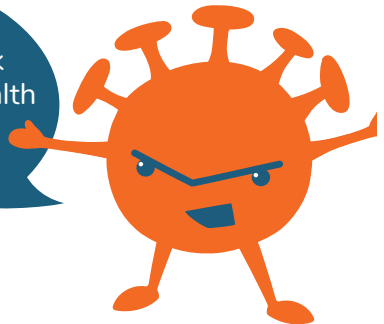
Children in primary school (reception class to year 6) will be sent information and a consent form by the school and will have their flu vaccine in school. Please read the information and return the signed form to school as soon as possible.

If your child is four years old and not in school, contact their GP surgery to get their vaccine.

If your child is aged under two or of secondary school age and is at increased risk of complications from flu due to a health condition, their GP surgery should invite them to have the vaccine.

Ideally, the flu vaccine should be given in the early autumn before there are any outbreaks of flu. It can still be given later in the year.

If your child misses their flu vaccine, speak to their school nurse, health visitor, practice nurse or GP about getting the vaccine.



WHAT TYPE OF FLU VACCINE IS GIVEN TO CHILDREN?

Most children will get a nasal spray flu vaccine as this is the most effective flu vaccine for children. It is a fine mist sprayed up the nose, and can be given from the age of two.

A small number of children can't have the spray vaccine, and they may be offered a flu vaccine injection instead.

✗ **The nasal spray vaccine can't be given to anyone who is:**

- under two
- 18 or older
- pregnant
- on long-term aspirin (salicylate) treatment
- taking steroid tablets (currently, or in the last two weeks)
- in close contact with someone who has a severely weakened immune system (for example, after a bone marrow transplant) and is being nursed in a protected environment

✗ **The nasal spray vaccine can't be given to anyone who has:**

- had a severe life-threatening allergic reaction to a flu vaccine (or any ingredient in the vaccine)
- a weakened immune system
- a wheezy chest on the day of the vaccination or in the previous three days
- increased the use of their asthma inhalers in the previous three days

Children with asthma who require regular oral steroids or have needed intensive-care treatment should be referred to a specialist.

A cough, cold or other minor illness is not a reason to delay a child's flu vaccination.

If they are unwell with a high temperature it is best to delay their vaccination until they are feeling better.

If your child cannot avoid contact with someone who has very severely weakened immunity, such as someone who has recently had a bone marrow transplant, **you should discuss this with your doctor or nurse before your child has the nasal spray vaccine.** They may decide to offer your child a flu vaccine injection.

CAN MY CHILD HAVE THE VACCINE IF THEY ARE ALLERGIC TO EGG?

Most children who are allergic to egg can receive the vaccine with no problem. The small number of children who have previously needed intensive care treatment for anaphylaxis (a rare, life threatening allergic reaction) to egg should be referred to a specialist.

CAN THE FLU VACCINE BE GIVEN AT THE SAME TIME AS OTHER VACCINES?

Yes, flu vaccines can be given at the same time as other vaccines.

DOES THE NASAL SPRAY VACCINE CONTAIN GELATINE?

Yes, the nasal vaccine contains traces of highly purified porcine gelatine which is used in a range of essential medicines.

The flu vaccine injection is available as an alternative for children who are at high risk from flu due to a health problem.

WHERE CAN I GET MORE INFORMATION?



Visit www.beatflu.org

You can find out more about the nasal spray flu vaccine including its contents and possible side effects at medicines.org.uk/emc. You will need to enter the name of the vaccine 'Fluenz Tetra' in the search box.

Suspected side effects can be reported online at yellowcard.mhra.gov.uk/ or call the Yellow Card hotline on **0800 731 6789** (Monday to Friday 10am to 2pm).

A schedule showing which immunisations are routinely offered in Wales is available from nhsdirect.wales.nhs.uk/livewell/vaccinations/Leaflets

If you have any questions or want more information, talk to your doctor or nurse, visit nhsdirect.wales.nhs.uk or call **NHS Direct Wales** on **0845 46 47** or **111** if available in your area.

To find out how the NHS uses your information, visit nhsdirect.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights

To order more copies of this leaflet, visit publichealthwales.org/HealthInformationResources

 facebook.com/beatflu

 twitter.com/beatflu



BLE MAE CAEL MWY O WYBODAETH?

Ewch i www.curwchffliw.org



Mae mwy o wybodaeth am y brechiad ffliw drwy chwistrell trwyn, gan gynnwys beth sydd wedi'i gynnwys yn y brechiad a'r sgil-effeithiau posib, ar gael yn y darllen wybodaeth i gleifion neu'r crynodeb o nodweddion y cynnyrch (SmPC) sydd ar gael yn medicines.org.uk/emc. Bydd rhaid i chi roi enw'r brechiad (Fluenz Tetra) yn y bocs chwilio.

Gellir rhoi gwybod am amhneuath o sgil-effeithiau ar-lein yn yellowcard.mhra.gov.uk neu drwy ffonio llinell gymorth y Cerdyn Melyn ar **0800 731 6789** (Llun - Gwener 10am i 2pm).

Mae atodlen yn dangos yr imiwneiddio sy'n cael ei gynnig yn rheolaidd yng Nghymru ar gael o nhsdirect.wales.nhs.uk/livewell/vaccinations/

Leaflets/

Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau neu os ydych chi eisiau mwy o wybodaeth, siaradwch â'ch meddyg, eich nyrs, eich ymwelydd iechyd neu'r nyrs ysgol, ewch i nhsdirect.wales.nhs.uk neu ffoniwch Galw Iechyd Cymru ar **0845 46 47 111** os yw ar gael yn eich ardal chi.

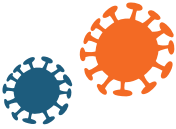
I gael gwybod sut mae'r GIG yn defnyddio eich gwybodaeth, ewch i: nhsdirect.wales.nhs.uk/lifestyle/wellbeing/yourinfo/yourrights?locale=cy

I archebu mwy o gopiau o'r darllen hon, ewch i: publichealthwales.org/HealthInformationResources

[facebook.com/curwchffliw](https://www.facebook.com/curwchffliw)



twitter.com/curwchffliw



© 2019 Public Health Wales NHS Trust. ISBN 978-1-78986-098-6
Flu: Protect your child. Flu vaccination for children in 2019-20 / Ffliw.
Amdiffryn eich plentyn. Brechiad y ffliw i blant yn 2019-20 .

Nid yw peswch, annwyd neu salwch bychan arall yn rheswm dros ohirio brechiad ffliw eich plenty'n.

Os yw'n sâl gyda thymheredd uchel, mae'n well oedi gyda'r brechiad nes ei fod yn teimlo'n well. Os nad yw eich plenty'n yn gallu osgoi cyswilt â rhywun sydd ag imiwnedd difrifol wan, fel rhywun sydd wedi cael trawsblaniad mēr yr esgyrn, dylech drafod hyn gyda'ch meddyg neu eich nyrs cyn i'ch plenty'n gael y brechiad drwy chwistrell trwyn. Efallai y bydd yn penderfynu cynnig pigiad y brechlyn ffliw i'ch plenty'n.

OES POSIB I FY MHLENTYN GAEL Y BRECHIAD OS OES GANDDO ALERGEDD I WYAU?

Os nad yw eich plenty'n yn gallu osgoi cyswilt â rhywun sydd ag imiwnedd difrifol wan, fel rhywun sydd wedi cael trawsblaniad mēr yr esgyrn, dylech drafod hyn gyda'ch meddyg neu eich nyrs cyn i'ch plenty'n gael y brechiad drwy chwistrell trwyn. Efallai y bydd yn penderfynu cynnig pigiad y brechlyn ffliw i'ch plenty'n.

OES MODD RHOI Y BRECHIAD Y FFLIW AR YR UN PRYD A BRECHLYNNAU ERAILL?

Oes, mae modd rhoi y brechiad y ffliw ar yr un pryd â brechlynnau eraill.

YD'R BRECHIAD DRWY CHWISTRELL TRWYN YN CYNNWYS GELATIN?

Ydi, mae'r brechiad yn y trwyn yn cynnwys olion o gelatin moch hynod bur a ddefnyddir mewn amrywiaeth o feddygiaethau hanfodol.

Mae pigiad y brechlyn ffliw ar gael fel opsiwn arall i blant sy'n wnebu risg uchel o gael y ffliw oherwydd problemau iechyd.

Dylid cyfeirio plant sydd ag asthma ac sydd angen stereoidd drwy'r geg neu angen triniaeth gofal dwys at arbenigwr.

- wedi cynyddu'r defnydd o'i anadlydd asthma yn ystod y tridiau blaenorol.
 - brest yn gwichian ar ddiwrnod y brechu neu yn ystod y tridiau blaenorol; neu
 - system imiwneidd wamnach; gynhwysyn yn y brechlyn);
 - wedi cael adwaitth alergaidd difrifol sy'n peryllu bywyd i frechiad y fflw (neu
- Neu unrhyw un sydd â'r canlynol: ✗**

- mewn cyswllt agos â rhywun sydd â system imiwneidd ddifrifol wan (er enghraifft, ar ôl trawsblaniad mēr yr esgyrn) ac yn cael ei nysio mewn amgylchedd wedi'i warchod
- yn iau na dwy oed
- yn 18 oed neu hŷn
- yn feichlog
- ar driniaeth aspirin (salisylad) tymor hir yn cymryd tabledi steroid (ar hyn o bryd neu yn ystod y bythefnos ddiwethaf) neu
- mewn cyswllt agos â rhywun sydd â system imiwneidd ddifrifol wan (er enghraifft, ar ôl trawsblaniad mēr yr esgyrn) ac yn cael ei nysio mewn amgylchedd wedi'i warchod

✗ Ni ellir rhoi'r brechiad drwy chwistrell trwyn i unrhyw un sydd:

Bydd y rhan fwyaf o blant yn cael brechiad y fflw drwy chwistrell trwyn gan mai hwn yw'r brechiad fflw mwyaf effeithiol i blant. Mae hwn yn cael ei chwistrellu fel anwedd mân i fyny'r trwyn ac mae posib ei roi o ddwy oed i fyny. Nid yw nifer bach o blant yn gallu cael y brechiad chwistrell, ac efallai y byddant yn cael cynig brechiad y fflw drwy bigiad yn ei le.

PA FATH O FRECHIAD Y FFLW SY'N CAEL EI ROI I BLANT?

OES RHAIID I MI WNEUD UNRHYW BETH?



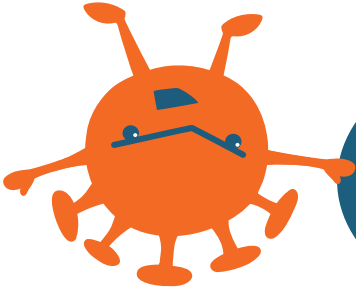
Bydd plant sydd yn ddwy neu dair oed ar 31 Awst 2019 yn cael gwahoddiad i gael brechiad y fflw yn eu meddygfa. Mewn rhai ardaloedd, bydd plant tair oed yn cael cynnig y brechiad mewn meithrinfa. **Os nad yw eich plentyn wedi cael gwahoddiad i gael y brechiad cyn diwedd mis Tachwedd, cysylltwch â'i feddygfa.**

Bydd plant mewn ysgolion cynradd (o'r dosbarth derbyn i flwyddyn 6) yn cael gwybodaeth a ffurflen ganiatâd o'r ysgol ac yn cael brechiad y fflw yn yr ysgol. Darllenwch yr wybodaeth a dychwelyd y ffurflen wedi'i llofnodi i'r ysgol cyn gynted â phosib.

Os yw eich plentyn yn bedair oed a ddim yn yr ysgol, cysylltwch â'i feddygfa i gael y brechiad. Os yw eich plentyn o dan ddwy oed neu'n oedran ysgol uwchradd ac yn wnebu risg gynyddol o gymhlethdodau'r fflw oherwydd cyflwr iechyd, dylai ei feddygfa ei wahodd i gael brechiad.

Yn ddeffrydol, dylid rhoi brechlyn fflw yn gynnar yn yr hydref cyn i unrhyw achosion o'r fflw ddod i'r amlwg. Mae posib ei roi yn nes ymlaen yn y flwyddyn hefyd.

Os na chaff eich plentyn y brechiad y fflw, siaradwch â'i nrys ysgol, yr ymwelydd iechyd, nrys eich meddygfa neu'r meddyg teulu am gael y brechiad.



Os yw eich plentyn yn chwe mis oed neu'n hŷn ac os oes ganddo un o'r cyflyrau iechyd canlynol, mae'n bwysig ei fod yn cael brechiad y fflw. bob bliwyddyn gan ei fod mewn mwy o berygl o ddioddef o gymhlethdodau'r fflw.

Mae'r cyflyrau'n cynnwys cleftyd ar y galon:

- cwyn gyda'r frest
- neu anawsterau anadli (gan gynnwys asthma sydd angen anadlydd steroid neu dabledi rheolaidd)
- afiechyd ar yr arennau
- imiwneidd is oherwydd afiechyd neu driniaeth afiechyd ar yr iau/afu
- diabetes
- cyflwr niwrolegol (fel parlys yr ymennydd)
- neu broblem gyda'i dduwg.

Dylai plant a phobl ifanc sy'n gofalu am rhywun y byddai ei iechyd mewn perygl petai'r gofalu'r ifanc yn sâl gyda'r fflw, hefyd gael brechiad y fflw bob bliwyddyn.

BETH OS OES GAN FY MHLENTYN GYFLWR IECHYD?

Efallai y bydd gan rhai plant dymheredd, yn teimlo'n flinedig, cur pen, y cyhyrau'n boenus neu bydd brechiad y fflw. Gall y chwistrell trwyn achosi trwyn yn rhedeg neu drwyn wedi cau. Gall y pigiad adael y fraich yn teimlo'n boenus. Mae adweithiau eraill yn llai cyffredin. **Ni fydd brechiad y fflw yn achosi'r fflw.**

Mae'r brechlynnau fflw yn ddiogel iawn.

OES UNRHYW SGIL-EFFETHIAU I FRECHIAID Y FFLW?

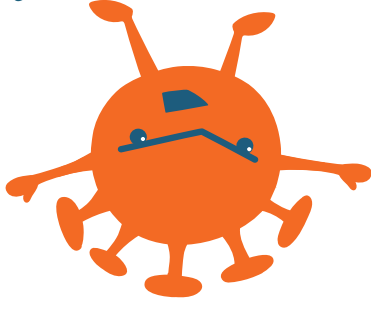
PAM MAE ANGEN BRECHIAD Y FFLIW AR BLANT?

Achosir ffliw gan frysau ac mae'n lledaenu'n hawdd. Gall unrhyw un gael y ffliw ond **plant sydd â'r gyfradd heintio uchaf**, a gall y ffliw fod yn ddifrifol i ddyn nhw. Gall y cymhlethdodau gwynwys broncitis, niwmonia a haint ar y glust.

Mae rhai plant yn mynd mor sâl fel bod rhaid iddynt fynd i'r ysbyty.

SUT MAE BRECHIAD Y FFLIW YN HELPŪ?

Bydd cael y brechiad yn **helpu i warchod eich plentyn** rhag y ffliw. Mae'r warchodaeth yn dechrau ryw bythefnos ar ôl ei gael. Fel rheol mae'r brechiad yn cynnig gwarchodaeth dda i blant rhag y ffliw. Mae hefyd yn helpu i leihau'r siawns i blant lledaenu'r ffliw i eraill sydd â risg uchel o gael y ffliw, fel babanod ifanc, teidiau a neiniau a'r rhai sydd â chyflyrau iechyd tymor hir. Mae rhai pobl yn cael y ffliw ar ôl cael brechiad y ffliw, ond gyda symptomau gwannach fel rheol. **Nid yw brechiad y ffliw yn gwarchod rhag annwyd neu salwch arall y gaef.**



**YDY FY MHLENTYN
I'N GYMWYS I GAEL
BRECHIAD Y FFLIW
ELENIS?**

**OEDRAN EICH
PLENTYN AR
31 AWST 2019**

Efallai - Os oes gan eich plentyn gyflwr iechyd tymor hir, dylai gael brechiad.

O dan dwy

Ydy - Bydd eich plentyn yn cael cynnig brechiad yn cael cynnig brechiad ffliw yn ei feddygfa. (Mewn rhai ardaloedd, bydd plant tair oed yn cael cynnig y brechlyn mewn methrinfa.)

Dwy i dair

Ydy - Bydd eich plentyn yn cael cynnig y brechiad y ffliw yn yr ysgol. (Os nad yw eich plentyn yn mynd i'r ysgol, gofynnwch i'ch meddygfa am frechlyn ffliw.)

Pedair i ddeg oed

Efallai - Os oes gan eich plentyn gyflwr iechyd tymor hir, dylai gael brechiad.

11 oed ac yn hŷn

Mae'r rhan fwyaf o blant sydd rhwng dwy a 10 oed yn cael eu brechu rhag y ffliw bob blwyddyn.
Mae'n hynod bwysig bod plant rhwng chwe mis ac 17 oed sydd â chyflwr iechyd tymor hir yn cael eu brechu, gan fod ganddynt risg uwch o gymhlethdodau.

Technyd Gyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

GIG
CYMRU
NHS
WALES



Brechiad y fflw i blant yn 2019-20

AMDDIFFYNN EICH
PLENTYN GYDA CHWISTRELL
TRWYN SYML

FFLIW

