



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

Brechu COVID-19

Canllaw i blant 5-11 oed sy'n wynebu risg uwch o haint COVID-19

Rhagfyr 2021

Mae'r daflen wybodaeth hon yn esbonio'r rhaglen frechu coronafeirws (COVID-19) i blant 5-11 oed sy'n wynebu risg uwch o haint COVID-19

Beth yw COVID-19 neu'r Coronafeirws?

Mae COVID-19 yn glefyd anadlol heintus iawn a achosir gan feirws SARS-CoV-2. Prin iawn yw'r plant sydd â haint COVID-19 sy'n mynd ymlaen i gael clefyd difrifol. Nid oes gwellhad i COVID-19 er bod rhai triniaethau sydd wedi'u profi o'r newydd yn helpu i leihau'r risg o gymhlethdodau.

A yw eich plentyn yn gallu cael y brechlyn COVID-19?

Mae'r GIG yn cynnig brechlyn COVID-19 i blant a phobl ifanc. Mae hyn yn cynnwys y rhai 5-11 oed sy'n wynebu risg uwch o salwch difrifol o COVID-19 y bydd angen iddynt gael 2 ddos o'r brechlyn 8 wythnos ar wahân.

Mae hefyd yn gael ei gynnig i blant 5 oed a throsodd sy'n gyswllt aelwyd rhywun sy'n imiwnoataliedig.

Bydd y brechiad yn helpu i amddiffyn eich plentyn rhag COVID-19 ac yn helpu i leihau lledaeniad COVID-19. Ar hyn o bryd y brechlyn a ffefrir i blant yw brechlyn Pfizer. Byddant yn cael cynnig dos is o gymharu â'r hyn a roddir i unigolion 12 oed a throsodd.

A yw'n ddiogel i blant?

Mae'r rheoleiddiwr meddyginiaethau, yr Asiantaeth Rheoleiddio Meddyginiaethau a Chynhyrchion Gofal Iechyd (MHRA), wedi cadarnhau bod y brechlyn Pfizer yn ddiogel ac yn effeithiol i blant. Dilynodd hyn adolygiad trylwyr o ddiogelwch, ansawdd ac effeithiolrwydd y brechlynnau yn y grŵp oedran hwn.

A yw fy mhlentyn yn wynebu risg o haint COVID-19?

Gall y coronafeirws effeithio ar unrhyw un. Mae rhai plant yn wynebu risg uwch gan gynnwys y rhai sy'n byw gyda chyflyrau difrifol fel:

- canserau (fel lewcemia neu lymffoma)
- diabetes
- problemau difrifol gyda'r galon
- cwyn gyda'r frest neu anawsterau anadlu,



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

gan gynnwys asthma a reolir yn wael

- clefyd yr arenau, yr afu/iau neu'r perfedd
- imiwnedd is oherwydd afiechyd neu driniaeth (meddyginiaeth steroid, cemotherapi neu radiotherapi)
- trawsblaniad organ
- niwroanabledd neu gyflwr niwrogyhyrol
- anabledd dysgu difrifol neu ddwys
- Syndrom Down
- problem gyda'ch dueg, e.e. afiechyd y crymangeloedd, neu mae eich dueg wedi cael ei thynnu
- epilepsi
- problemau genetig difrifol
- cyflyrau meddygol difrifol eraill fel y cynghorir gan eich meddyg neu arbenigwr.

Ar gyfer y rhan fwyaf o blant mae COVID-19 fel arfer yn salwch ysgafnach sy'n anaml yn arwain at gymhlethdodau. I ychydig iawn gall y symptomau bara am fwy o amser na'r 2 i 3 wythnos arferol.

A fydd y brechlyn yn amddiffyn fy mhleintyn?

Bydd brechiad COVID-19 yn lleihau'r siawns y bydd eich plentyn yn dioddef o glefyd COVID-19. Mae hefyd yn debygol y bydd brechu yn helpu i leihau lledaeniad COVID-19 mewn ysgolion. Gall gymryd ychydig wythnosau i gorff eich plentyn ddatblygu rhywfaint o amddiffyniad o'r brechlyn. Dylent gael amddiffyniad da o'r dos cyntaf; dylai dosau pellach a argymhellir roi amddiffyniad sy'n para'n hirach iddynt rhag y feirws. Fel pob meddyginiaeth, nid oes unrhyw frechlyn yn gwbl effeithiol – efallai y bydd rhai pobl yn dal i gael COVID-19 er iddynt gael brechiad, ond dylai hyn fod yn llai difrifol.

Nid yw'r brechlynnau'n cynnwys organebau sy'n tyfu yn y corff, ac felly maent yn ddiogel i blant ag anhwylderau'r system imiwnedd. Efallai na fydd y bobl hyn yn ymateb cystal i'r brechlyn ond dylai gynnig amddiffyniad iddynt rhag clefyd difrifol.

Beth sydd angen i mi ei wneud?

- Byddwch yn cael gwybodaeth ynghylch pryd a ble y bydd eich plentyn yn cael ei frechu.
- Os yw eich plentyn yn byw gyda rhywun sy'n imiwnoataliedig, bydd angen i chi wneud hunanatgyfeiriad yma: <https://llyw.cymru/brechlynnau-rhag-covid-19-i-gysylltiadau-aelwydydd-pobl-system-imiwnedd-gwan>
- Ar ddiwrnod yr apwyntiad, gwisgwch eich plentyn mewn dillad ymarferol fel ei bod yn hawdd cyrraedd rhan uchaf ei fraich.



Mae Brechu yn achub bywydau Vaccination saves lives

- Os oes ganddynt ofn nodwyddau neu os ydych yn teimlo'n bryderus, rhowch wybod i'r person sy'n rhoi'r brechiad iddynt. Bydd yn deall ac yn eu cefnogi.

Beth am roi caniatâd?

Gofynnir i bob rhiant a gofalwr sydd â chyfrifoldeb rhiant i roi caniatâd gwybodus i'w plentyn gael y brechlyn.

A oes unrhyw resymau pam na ddylai eich plentyn gael y brechlyn?

Prin iawn yw'r plant na allant gael y brechlyn COVID-19.

Ni ddylid rhoi'r brechlyn i blant:

- sydd wedi cael adwaith anaffylactig wedi'i gadarnhau i unrhyw un o gynhwysion y brechlyn
- sydd wedi cael adwaith anaffylactig wedi'i gadarnhau i ddos blaenorol o'r un brechlyn COVID-19.

Gall plant sydd â hanes o adwaith alergaidd difrifol i fwyd, cyffur neu frechlyn a nodwyd, neu bigiad pryfed gael brechlyn COVID-19, ar yr amod nad yw'n hysbys bod ganddynt alergedd i unrhyw ran o'r brechlyn. Mae'n bwysig eich bod yn dweud wrth y person sy'n rhoi'r brechlyn i'ch plentyn os ydynt erioed wedi cael adwaith alergaidd difrifol (anaffylaxis).

A ellir rhoi brechlynnau COVID-19 ar yr un pryd â brechlynnau eraill?

Gellir, mae modd rhoi brechlynnau COVID-19 ar yr un pryd â'r rhan fwyaf o frechlynnau eraill. I gael y cyngor diweddaraf ar frechlynnau COVID-19 a'u rhoi gyda brechlynnau eraill ewch i: <https://icc.gig.cymru/pynciau/imiwneiddio-a-brechlynnau/gwybodaeth-brechlyn-covid-19/>

Pryd ddylai fy mhlentyn gael y brechlyn os yw wedi cael haint COVID-19?

Dylai:

- aros am 4 wythnos o leiaf yn dilyn haint COVID-19 cyn brechu os yw mewn grŵp sy'n wynebu risg uwch o salwch difrifol o COVID-19.
- dilyn y canllawiau presennol ar achosion o syndrom llidiol aml-system pediatrig (PIMS-TS) sy'n awgrymu y dylid cael bwlch o 12 wythnos, er y gellir ystyried rhoi'r brechlyn yn gynharach yn y rhai sy'n wynebu risg o haint a/neu sydd wedi gwella'n llawn.

Sgil-ffeithiau cyffredin

Fel pob meddyginiaeth, gall brechiadau achosi sgil-ffeithiau. Mae'r rhain fel rheol yn ysgafn ac yn para ychydig ddyddiau yn unig, ac nid yw pawb yn eu cael. Gyda'r brechlyn a ddefnyddiwn yn y rhai dan 18 oed, mae sgil-ffeithiau yn fwy cyffredin gyda'r ail ddos.

Mae sgil-ffeithiau cyffredin iawn yn y diwrnod cyntaf neu ddau yn cynnwys:



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

- teimlad trwm neu ddolur lle cawsoch y pigiad
- teimlo poenau neu fel bod gennych chi'r fflw
- teimlo'n flinedig
- pen tost/cur pen

Os oes gan eich plentyn dwymyn ac yn teimlo'n sâl ar ôl y brechiad, gall gymryd parasetamol i'w helpu i deimlo'n well. Darllenwch y cyfarwyddiadau ar y pecyn yn ofalus a chymryd y dos cywir ar gyfer oedran eich plentyn. Nid ydym yn argymhell cymryd y meddyginiaethau hyn ymlaen llaw i atal twymyn rhag datblygu. Er nad yw'n anghyffredin teimlo twymyn am 2 neu 3 diwrnod, mae tymheredd uchel yn anarferol a gall fod yn arwydd bod ganddynt COVID-19 neu haint arall.

Cofiwch – ni ddylai plant o dan 16 oed gymryd meddyginiaethau sy'n cynnwys aspirin.

Mae'r symptomau yma'n para llai nag wythnos fel rheol.

Os yw'n ymddangos bod eu symptomau'n gwaethygu neu os ydych yn pryderu, gallwch edrych ar: 111.wales.nhs.uk ar-lein, ac os oes angen ffonwch GIG 111 Cymru ar **111** neu eich meddygfa. Os nad yw 111 ar gael yn eich ardal chi, ffonwch **0845 46 47**. Mae galwadau i 111 am ddim o linellau tir a ffonau symudol. Mae galwadau i 0845 46 47 yn costio 2c y funud ynghyd â thâl arferol eich darparwr ffôn.

Sgil-effeithiau llai cyffredin

Yn ddiweddar, mae achosion o lid y galon (o'r enw myocarditis neu bericarditis) wedi'u nodi'n anaml iawn yn yr wythnos gyntaf ar ôl brechlynnau COVID-19. Mae'r rhan fwyaf o'r achosion hyn wedi bod mewn dynion iau ac maent yn fwy cyffredin ar ôl yr ail frechiad. Roedd y rhan fwyaf o bobl wedi gwella ac yn teimlo'n well ar ôl gorffwys a thriniaethau syml.

Dylech geisio cyngor meddygol ar frys os bydd eich plentyn yn profi:

- poen yn y frest
- prinder anadl
- teimlo'r galon yn curo'n gyflym, yn dirgrynu neu'n curo fel gordd

Os byddwch yn ceisio cyngor gan feddyg neu nyrs, sicrhewch eich bod yn dweud wrthynt am frechiad eich plentyn (dangoswch eu cerdyn cofnod brechlyn iddynt os oes modd) er mwyn iddynt allu eu hasesu'n iawn.

Gwnewch yn siŵr eich bod yn cadw eu cerdyn cofnod brechlyn yn ddiogel.

Gallwch hefyd roi gwybod am unrhyw sgil-effeithiau tybiedig i frechlynnau a meddyginiaethau ar-lein drwy'r cynllun Cerdyn Melyn. Mae system Cerdyn Melyn Coronafeirws yn wefan lle gallwch roi gwybod am unrhyw sgil-effeithiau o'r brechlyn. Gallwch gael mynediad i'r wefan hon drwy fynd i: coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

A allwch ddal COVID-19 o'r brechlyn?



Mae Brechu yn achub bywydau Vaccination saves lives

Ni allwch ddal COVID-19 o'r brechlyn ond mae'n bosibl bod eich plentyn wedi dal COVID-19 a heb gael y symptomau tan ar ôl eu hapwyntiad brechu. Symptomau pwysicaf COVID-19 yw ymddangosiad diweddar unrhyw rai o'r canlynol:

- peswch cyson newydd
- tymheredd uchel
- colli, neu newid, yn eich synnwyr blasu neu arogl arferol

Os oes ganddynt y symptomau uchod, arhoswch gartref a threfnu iddynt gael prawf drwy ffonio 119 (mae'r galwadau am ddim) neu ar-lein yn: <https://llyw.cymru/cael-prawf-coronafeirws-covid-19>

Os oes angen rhagor o wybodaeth arnoch am symptomau ewch i 111.wales.nhs.uk

Beth i'w wneud nesaf

Ar ôl i'ch plentyn gael ei ddos cyntaf bydd yn cael ail apwyntiad gyda'r bwllch a argymhellir. Bydd ei gerdyn cofnod brechlyn yn dangos manylion y dos cyntaf. Byddwch yn cael cyngor ar yr amseru cywir ar gyfer ail ddos eich plentyn i helpu i roi'r amddiffyniad gorau, a'r un sy'n para hiraf. Cadwch eu cerdyn cofnod brechlyn yn ddiogel a sicrhewch eich bod yn cadw eu hapwyntiad nesaf i gael eu hail ddos.

Os nad yw eich plentyn yn iach pan fydd angen iddo fynd i'w ail apwyntiad

Ni ddylai fynd i apwyntiad brechiad os yw'n hunanynysu, neu'n aros am brawf neu ganlyniad COVID-19. Arhoswch nes ei fod wedi gwella cyn cael y brechlyn.

Sut y mae COVID-19 yn lledaenu?

Mae COVID-19 yn cael ei ledaenu drwy ddafnau sy'n cael eu hanadlu allan o'r trwyn neu'r geg, yn enwedig wrth siarad neu besychu. Hefyd gellir ei ddal drwy gyffwrdd eich llygaid, eich trwyn a'ch ceg ar ôl cyswllt â gwrthrychau ac arwynebau wedi'u llygru.

RHAID i chi barhau i ddilyn y canllawiau presennol yn llyw.cymru/coronafeirws

Rhagor o wybodaeth

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

Gallwch roi gwybod am unrhyw sgil-ffeithiau ar-lein yn: coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk neu drwy lawrlwytho'r ap Cerdyn Melyn.

I gael gwybod sut y mae'r GIG yn defnyddio eich gwybodaeth, ewch i: <https://111.wales.nhs.uk/aboutus/yourinformation/?locale=cy>

I gael y daflen hon mewn fformatau eraill ewch i: icc.gig.cymru/pynciau/imiwneiddio-a-brechlynnau/gwybodaeth-brechlyn-covid-19/



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

(gyda chydabyddiaeth i Asiantaeth Diogelwch Iechyd y DU)

Fersiwn 1

ISBN 978-1-78986-154-570