



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives



Brechu COVID-19 a chlotiau gwaed

Gwybodaeth am eich brechiad

Mae rhaglen frechu'r DU wedi bod yn llwyddiannus iawn gyda mwy na 34 miliwn o bobl wedi'u brechu a mwy na 10,000 o fywydau eisoes wedi'u hachub. Mae'r cyflwyno cyflym wedi golygu ein bod wedi gallu amddiffyn mwy o bobl ac rydym yn dechrau codi'r cyfyngiadau ar ein poblogaeth. Mae'r daflen hon wedi'i chynllunio i'ch helpu i wneud penderfyniad gwybodus am frechu.

Beth yw'r pryder?

Yn ddiweddar cafwyd adroddiadau am eithriadol o brin ond difrifol yn ymwneud â chlotiau gwaed a gwaedu anarferol ar ôl brechu AstraZeneca (AZ). Mae rhai pobl sydd â'r cyflwr hwn wedi dioddef effeithiau sy'n newid bywydau ac mae rhai wedi marw. Mae'r achosion hyn yn cael eu hadolygu'n ofalus ond nid yw'r ffactorau risg ar gyfer datblygu'r cyflwr hwn yn glir eto.

Er bod y cyflwr hwn yn parhau'n eithriadol o brin, mae risg uwch mewn pobl ar ôl y dos cyntaf o frechlyn AZ. Hyd yma ac yn gyffredinol, mae ychydig dros 10 yn datblygu'r cyflwr hwn am bob miliwn o ddosau o frechlyn AZ a roddir ar draws pob oedran. Gwelir achosion yn amlach mewn pobl iau. Mae'r symptomau cyntaf yn digwydd rhwng 4 diwrnod a 4 wythnos ar ôl brechu.

Gall cyflyrau tebyg hefyd ddigwydd yn naturiol, ac mae problemau clotio yn un o gymhlethdodau cyffredin haint COVID-19. Nid oes risg uwch o'r cyflwr hwn wedi'i weld ar ôl brechlynnau COVID-19 eraill yn y DU.

Pa frechlyn a gynnigir i mi?

Tan yn ddiweddar, rydym wedi dibynnu ar ein holl frechlynnau'n cael eu cynnig heb ffafriaeth i'r boblogaeth gyfan o oedolion. Mae'r Cyd-bwyllgor ar Imiweiddio a Brechu (JCVI) wedi ystyried y cydbwysedd o risgiau a manteision ac wedi rhoi'r cyngor canlynol (gweler rhagor o fanylion dros y dudalen).

40 oed a throsodd a phob oedolyn

Mae oedolyn hŷn (gan gynnwys gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol 40 oed a throsodd), preswylwyr cartrefi gofal ac oedolion o unrhyw oedran â rhai cyflyrau meddygol yn wynebu risg uchel o gymhlethdodau COVID-19. Mae'r Asiantaeth Rheoleiddio Meddyginiaethau a Chynhyrchion Gofal Iechyd (MHRA) a'r JCVI yn cynghori y dylech barhau i gael unrhyw rai o'r brechlynnau COVID-19 sydd ar gael¹. Mae manteision brechu o ran eich amddiffyn rhag canlyniadau difrifol COVID-19 yn drech na'r risg o'r cyflwr prin hwn. Dylech hefyd gwblhau eich cwrs gyda'r un brechlyn a gawsoch ar gyfer y dos cyntaf.

Os ydych yn berson iach rhwng 30 a 39 oed

Yn y sefyllfa bresennol, mae'r JCVI wedi cynghori ei bod yn well i bobl yn y grŵp oedran hwn gael brechlyn heblaw AZ. Rydych yn wynebu mwy o risg o ganlyniadau difrifol COVID-19 a byddwch yn cael y budd mwyaf o gael eich brechu os ydych yn hŷn, yn wrywaidd, o gefndiroedd lleiafrifoedd ethnig penodol, mewn rhai galwedigaethau, neu'n ordew.

Os bydd y sefyllfa'n newid ac rydych yn cael cynnig brechiad AZ efallai y byddwch am fwrw ymlaen ar ôl i chi ystyried y risgiau a'r manteision i chi. Os byddwch yn penderfynu peidio â chael AZ efallai y bydd rhaid i chi aros am ychydig wythnosau i gael brechlyn arall. Bydd hyn yn eich gadael heb yr amddiffyniad y mae'r brechlyn yn ei gynnig a gallwch barhau i drosglwyddo'r feirws. Ystyriwch yn ofalus risg COVID-19 i chi a'ch teulu a'ch ffrindiau cyn gwneud eich penderfyniad. Gweler y tabl ar y dudalen nesaf.

Os ydych yn berson iau iach rhwng 18 a 29 oed

Ar hyn o bryd mae'r JCVI wedi cynghori ei bod yn well i bobl o dan 30 oed gael brechlyn heblaw AZ oherwydd bod y risg o haint COVID-19 mor isel. Os ydych yn cael cynnig brechiad AZ efallai y byddwch am fwrw ymlaen ar ôl i chi ystyried y risgiau a'r manteision i chi.

Beth am yr ail ddos?

Os ydych eisoes wedi cael dos cyntaf o frechlyn AZ heb ddioddef y sgil-ffaith brin iawn hon dylech gwblhau'r cwrs. Mae hyn yn cynnwys pobl 18 i 39 oed. Disgwylir y bydd dos cyntaf y brechlyn wedi rhoi rhywfaint o amddiffyniad i chi, yn enwedig yn erbyn clefyd difrifol. Bydd cael yr ail ddos yn rhoi amddiffyniad uwch sy'n para'n hirach i chi ac mae'n tueddu i achosi llai o'r sgil-ffeithiau cyffredin (gan gynnwys cur pen dros dro).

¹ Os oes gennych rai anhwylderau clotiau gwaed prin yna dylech drafod a allwch gael y brechlyn AZ gyda'ch arbenigwr

Beth yw manteision a risgiau brechu?

Oedran	Risg o COVID-19	Risg brechu	Mantais brechu
Dros 50 oed a phob oedolyn â chyflyrau meddygol sylfaenol	Isel <ul style="list-style-type: none"> siawns o ddal a lledaenu haint Uchel iawn <ul style="list-style-type: none"> cyfnod yn yr ysbyty derbyn gofal dwys marwolaeth Cymedrol <ul style="list-style-type: none"> COVID Hir 	Anghyffredin <ul style="list-style-type: none"> braich ddolurus teimlo'n flinedig cur pen poenau cyffredinol symptomau tebyg i'r fflw Prin iawn <ul style="list-style-type: none"> cyflwr clotio (tua 1 o bob 100,000 dos cyntaf) 	Un dos gostyngiad o fwy nag 80% o ran <ul style="list-style-type: none"> marwolaethau cyfnod yn yr ysbyty gofal dwys Dau ddos gostyngiad o fwy na 90% o ran <ul style="list-style-type: none"> cyfnod yn yr ysbyty gofal dwys Dau ddos gostyngiad o fwy na 95% o ran <ul style="list-style-type: none"> marwolaeth Un dos gostyngiad rhwng 60% a 70% o ran <ul style="list-style-type: none"> dal a throsglwyddo haint Dau ddos gostyngiad o fwy nag 85% o ran <ul style="list-style-type: none"> dal a throsglwyddo haint
40 i 49 oed	Uchel <ul style="list-style-type: none"> siawns o ddal a lledaenu haint Cymedrol <ul style="list-style-type: none"> cyfnod yn yr ysbyty derbyn gofal dwys marwolaeth COVID Hir 	Cyffredin <ul style="list-style-type: none"> braich ddolurus teimlo'n flinedig cur pen poenau cyffredinol symptomau tebyg i'r fflw Prin iawn <ul style="list-style-type: none"> cyflwr clotio (tua 1 o bob 100,000 dos cyntaf) 	
30 i 39 oed	Uchel <ul style="list-style-type: none"> siawns o ddal a lledaenu haint Isel <ul style="list-style-type: none"> cyfnod yn yr ysbyty derbyn gofal dwys marwolaeth Cymedrol <ul style="list-style-type: none"> COVID Hir 	Cyffredin <ul style="list-style-type: none"> braich ddolurus teimlo'n flinedig cur pen poenau cyffredinol symptomau tebyg i'r fflw Prin <ul style="list-style-type: none"> cyflwr clotio (tua 1 o bob 50,000 dos cyntaf) 	
18 i 29 oed	Uchel iawn <ul style="list-style-type: none"> siawns o ddal a lledaenu haint Isel iawn <ul style="list-style-type: none"> cyfnod yn yr ysbyty derbyn gofal dwys marwolaeth Cymedrol <ul style="list-style-type: none"> COVID Hir 	Cyffredin iawn <ul style="list-style-type: none"> braich ddolurus teimlo'n flinedig cur pen poenau cyffredinol symptomau tebyg i'r fflw Prin <ul style="list-style-type: none"> cyflwr clotio (tua 1 o bob 50,000 dos cyntaf) 	

Beth y dylwn gadw llygad amdano ar ôl brechu?

Mae sgil-ffeithiau difrifol yn brin iawn, ond os byddwch yn profi unrhyw rai o'r canlynol o tua 4 diwrnod i 4 wythnos ar ôl brechu dylech geisio cyngor meddygol ar frys.

- pen tost/cur pen newydd, difrifol nad yw'n cael ei helpu gan boenladdwyr arferol neu sy'n gwaethygu
- pen tost/cur pen sy'n ymddangos yn waeth wrth orwedd i lawr neu blygu drosodd
- pen tost/cur pen anarferol a all fod ar y cyd â:
 - golwg aneglur, cyfog a chwydu
 - anhawster gyda'ch lleferydd
 - gwendid, teimlo'n gysglyd neu ffitiau
- cleisio neu waedu pigiad pin newydd, heb esboniad
- diffyg anadl, poen yn y frest, chwyddo yn y coesau neu boen cyson yn y stumog

Ceir rhagor o wybodaeth yn y ddolen ganlynol:

icc.gig.cymru/brechlyn-covid-19

© Crown Copyright 2021
(gyda chydnabyddiaeth i Iechyd Cyhoeddus Lloegr)

© Iechyd Cyhoeddus Cymru, Fersiwn 3.
ISBN 978-1-78986-154-353