



Taflen wybodaeth a chymorth penderfynu: Diweddarwyd 14 Mai 2021

Rwy'n feichiog ac wedi cael cynnig brechiad COVID-19. Beth yw fy opsiynau?

Mae'r brechiad yn cael ei gynnig i fenywod beichiog ar yr un pryd â gweddill y boblogaeth, yn seiliedig ar oedran a risg glinigol.

Nid yw treialon sy'n profi'r brechlyn mewn menywod beichiog a menywod sy'n bwydo ar y fron wedi'u cynnal eto. Eich dewis chi yw a ddylid cael y brechlyn yn ystod beichiogrwydd. Bydd y wybodaeth isod yn eich helpu i wneud dewis hyddysg ynghylch a ddylech gael y brechlyn COVID-19 os ydych yn feichiog neu'n ceisio beichiogi.

Eich opsiynau:



**Cael brechlyn
COVID-19**

neu



**Aros i gael rhagor o
wybodaeth am y brechlyn
yn ystod beichiogrwydd**

Pwy y gellir eu brechu?

Ar 16 Ebrill, mae'r brechiad COVID-19 yn cael ei gynnig i'r grwpiau canlynol o fenywod beichiog:

1. Y rhai â chyflyrau meddygol risg uchel – sy'n wynebu **mwya o risg** o salwch difrifol o COVID-19
2. Gweithwyr iechyd neu ofal cymdeithasol – sy'n wynebu **risg uwch o ddal COVID-19**
3. Pobl yr ystyrir eu bod yn wynebu risg uchel o COVID-19 oherwydd ffactorau iechyd a phersonol sy'n cynnwys oedran, ethnigrwydd, BMI a **chyflyrau iechyd sylfaenol** (mae hyn yn cynnwys menywod beichiog yng ngrŵp blaenoriaeth 6)
4. Menywod sy'n cael diagnosis o **ddiabetes yn ystod beichiogrwydd** neu fenywod beichiog sydd â BMI o fwy na 40
5. Menywod fel maent yn cael eu galw yn ôl grŵp oedran

Oherwydd bod brechlynnau COVID-19 ar gael i bobl iau yn y boblogaeth gyffredinol, byddant hefyd ar gael i fenywod beichiog yn y grwpiau oedran hynny.

Beth yw manteision y brechiad?

✓ Gall COVID-19 fod yn fwy peryglus yn ystod beichiogrwydd

Mae astudiaethau wedi dangos y gall achosion o dderbyn i'r ysbyty a salwch difrifol fod yn fwy cyffredin ymhlith menywod beichiog (o gymharu â'r rhai nad ydynt yn feichiog), yn enwedig y rhai yn nhri mis olaf beichiogrwydd, a bod genedigaeth cyn amser yn fwy tebygol (o gymharu â menywod beichiog heb COVID-19). Mae menywod beichiog â chyflyrau iechyd sylfaenol yn wynebu risg uwch o salwch difrifol.

✓ Mae brechu yn effeithiol o ran atal haint COVID-19

✓ Ni allwch gael COVID-19 o'r brechiad

- NID yw brechlynnau COVID-19 yn cynnwys coronafeirws
- Byw NID yw brechlynnau'n cynnwys unrhyw gynhwysion ychwanegol sy'n niweidiol i fenywod beichiog neu eu babanod
- Ystyrir bod brechlynnau eraill nad ydynt yn fyw (y pas, ffliw) yn ddiogel i fenywod beichiog a'u babanod heb eu geni.



Os ydych yn credu y gallech fod yn gymwys i gael brechiad COVID-19, trafodwch hyn gyda'ch meddyg teulu neu fydwraig.



Os byddwch yn penderfynu cael brechlyn COVID-19, dywedwch wrth y tîm brechu eich bod yn feichiog er mwyn i hyn gael ei gofnodi.

Beth yw risgiau'r brechiad?

✗ Nid yw brechlynnau COVID-19 wedi'u profi'n benodol eto mewn menywod beichiog.

- Mae brechlynnau COVID-19 wedi eu rhoi i nifer fawr o bobl i sicrhau eu bod yn cyrraedd safonau llym o ran effeithiolrwydd a diogelwch.
- Prin yw'r dystiolaeth o hyd ar gyfer menywod beichiog. Nid yw monitro o'r Unol Daleithiau, lle mae mwy na 100,000 o fenywod beichiog wedi cael brechlyn COVID-19 (gan ddefnyddio brechlynnau Pfizer BioNTech neu Moderna), wedi codi unrhyw bryderon diogelwch. Efallai y daw rhagor o wybodaeth o astudiaethau yn y dyfodol.
- Bydd astudiaethau yn ystod beichiogrwydd yn y dyfodol yn rhoi rhagor o wybodaeth i ni ynghylch pa mor effeithiol yw'r brechlyn yn ystod beichiogrwydd, ac ar ganlyniadau beichiogrwydd ar ôl brechu. Ni fu unrhyw arwyddion i awgrymu

✗ Mae sgil-ffeithiau o'r brechlyn yn gyffredin. Nid yw'r rhain yn effeithio ar feichiogrwydd, ond gallant:

- adweithiau ar safle'r pigiad (braich ddolurus)
- blinder
- cur pen
- poen yn y cyhyrau
- oerfel
- poen yn y cymalau

- ✗ Mae sgil-ffeithiau prin iawn ond difrifol sy'n cynnwys thrombosis (clotiau gwaed) wedi'u nodi ar gyfer brechlyn AstraZeneca. Dylid cynnig brechlynnau Pfizer BioNTech neu Moderna i fenywod beichiog lle y maent ar gael oherwydd bod y data monitro diogelwch o'r Unol Daleithiau yn ymwneud â'r ddau frechlyn hyn.



Sut i benderfynu: cyngor ar frechu COVID-19 i fenywod sy'n feichiog, neu a allai fod yn feichiog

Mae'r daflen hon wedi'i chynllunio i'ch helpu i wneud penderfyniad hyddysg ynghylch a ddylech gael brechlyn COVID-19 yn ystod beichiogrwydd os caiff ei gynnig i chi. Ar hyn o bryd, mae'r brechlyn COVID-19 yn cael ei gynnig i fenywod beichiog ar yr un pryd â gweddill y boblogaeth, yn seiliedig ar oedran a risg glinigol. Rydym yn gwybod bod brechlynnau'n effeithiol o ran atal COVID-19. Efallai y bydd rhai menywod beichiog yn ddifrifol wael gyda haint COVID-19, yn enwedig yng nghanau diweddarach beichiogrwydd. Ceir data cyfyngedig ar ddiogelwch brechlynnau COVID-19 yn ystod beichiogrwydd, ond nid oes tystiolaeth y gall y brechlynnau achosi niwed i chi neu eich babi.

Beth ddylwn ei wneud i'm helpu i benderfynu?

- Sicrhewch eich bod yn gwybod cymaint ag y gallwch am y brechlyn a risgiau COVID-19 yn ystod beichiogrwydd. Gallwch ofyn i'ch bydwraig, meddyg neu nyrs imiwneiddio.
- Edrychwch ar y wybodaeth ar wefannau'r **GIG, Iechyd Cyhoeddus Lloegr** neu **weithiwr proffesiynol**. Mae'r dystiolaeth sydd ar gael ar ddiogelwch brechlynnau yn ystod beichiogrwydd yn cael ei gyhoeddi gan **UKTIS**, rhan o Iechyd Cyhoeddus Lloegr.
- Edrychwch ar y wybodaeth isod a meddyliwch am eich risg o ddal a mynd yn ddifrifol wael oherwydd COVID-19. A ydych yn gallu lleihau eich siawns o ddod i gysylltiad â COVID-19?

Beth sy'n hysbys am COVID-19 yn ystod beichiogrwydd?

Mae tua dwy ran o dair o fenywod sy'n profi'n bositif ar gyfer COVID-19 yn ystod beichiogrwydd heb unrhyw symptomau o gwbl. Yn y DU, mae gwyliadwriaeth yn dangos bod tua un o bob 100 o fenywod beichiog sydd wedi cael eu derbyn i'r ysbyty yn profi'n bositif ar gyfer COVID-19 (er y bydd hyn yn newid yn ystod camau'r pandemig). Fodd bynnag, gall rhai menywod beichiog gael salwch sy'n bygwth bywyd o COVID-19 – yn enwedig os oes ganddynt gyflyrau iechyd sylfaenol.

Yng nghanau diweddarach beichiogrwydd mae menywod yn wynebu risg uwch o fynd yn ddifrifol wael gyda COVID-19. Os yw hyn yn digwydd, mae ddwy i dair gwaith yn fwy tebygol y bydd eich babi'n cael ei eni'n gynamserol, sy'n gallu effeithio ar ei iechyd hirdymor.

Beth sy'n hysbys am effeithiau brechu COVID-19 mewn menywod beichiog?

Nid oedd y treialon mawr a ddangosodd fod y brechlynnau hyn yn ddiogel ac yn effeithiol yn cynnwys menywod beichiog – fel sy'n aml yn digwydd yn ystod treialon clinigol. Mae hyn yn golygu mai prin yw'r wybodaeth am effeithiau brechu COVID-19 mewn menywod beichiog. Daeth nifer fach iawn o fenywod yn feichiog ar ôl yr iddynt gael y brechlyn mewn treial. Nid oedd unrhyw arwydd o broblemau, ond mae'r niferoedd yn rhy fach i fod yn sicr. Nid yw gwaith monitro o'r Unol Daleithiau, lle mae mwy na 100,000 o fenywod beichiog wedi cael brechlyn COVID-19, wedi codi unrhyw bryderon diogelwch.

Nid yw brechlynnau COVID-19 yn cynnwys cynhwysion y gwyddys eu bod yn niweidiol i fenywod beichiog neu i fabi sy'n datblygu. Nid yw astudiaethau o'r brechlynnau mewn anifeiliaid i edrych ar yr effeithiau ar feichiogrwydd wedi dangos unrhyw dystiolaeth bod y brechlyn yn achosi niwed i'r beichiogrwydd na ffrwythlondeb. Nid yw'r brechlynnau COVID-19 rydym yn eu defnyddio yn y DU yn frechlynnau 'byw' ac felly ni allant achosi haint COVID-19 ynoch chi na'ch babi.

Ar 28 Ebrill 2021, roedd dros 22 miliwn o ddosau cyntaf o'r brechlyn AstraZeneca wedi eu rhoi yn y DU ac roedd bron i 6 miliwn o bobl wedi cael eu hail ddos o'r brechlyn hwn. Cafwyd 242 o adroddiadau o thrombosis difrifol (clotiau gwaed) yn dilyn brechu, sy'n golygu bod tua 11 o bobl wedi cael y clotiau gwaed hyn am bob miliwn o bobl sydd wedi cael brechlyn. Felly mae risg eithriadol o isel o'r sgil-effaith ddifrifol o glotiau gwaed gyda'r brechlyn hwn. Mae'r llywodraeth wedi cynghori y dylid cynnig brechlyn arall yn lle brechlyn AstraZeneca i unigolion o dan 40 oed, yn seiliedig ar y gymhareb risg/mantais ar gyfer y grŵp oedran hwnnw.

Dylid cynnig brechlynnau Pfizer BioNTech neu Moderna i fenywod beichiog, oherwydd bod y rhan fwyaf o'r data monitro diogelwch o'r Unol Daleithiau yn ymwneud â'r ddau frechlyn hyn.



A oes ots pa gam o feichiogrwydd yr wyf ynddo?

Dylai'r brechlyn weithio pa bynnag gam o'r beichiogrwydd rydych ynddo. Mae'r Cyd-bwyllgor ar Imiwneiddio a Brechu (JCVI) yn cynghori nad oes angen i fenywod gael prawf beichiogrwydd cyn brechu, ac nad oes angen i fenywod sy'n cynllunio beichiogrwydd oedi beichiogrwydd ar ôl cael eu brechu. Fodd bynnag, oherwydd bod gan COVID-19 gymhlethdodau mwy difrifol yn ddiweddarach yn ystod beichiogrwydd, efallai y bydd rhai menywod yn dewis oedi eu brechlyn tan ar ôl y 12 wythnos gyntaf (sy'n bwysig iawn ar gyfer datblygiad y babi) a byddant yn cynllunio i gael y dos cyntaf ar unrhyw adeg o wythnos 13 ymlaen.

A fydd cael brechiad COVID-19 yn effeithio ar fy ngwaith?

Nid yw unrhyw frechlyn yn 100% effeithiol, ond mae astudiaethau'n awgrymu y bydd yn helpu i atal rhai achosion o drosglwyddo (ond nid o reidrwydd pob un ohonynt). Felly, ni fydd cael brechlyn yn newid eich asesiad risg galwedigaethol. Mae hyn yn cynnwys cyngor na ddylech weithio mewn meysydd risg uchel os oes gennych gyflwr meddygol difrifol arall, neu os ydych ar ôl 28 wythnos o gyfnod beichiogrwydd. Bydd angen i chi ddilyn y cyngor yn eich gweithle a gartref o hyd:

- cadw pellter cymdeithasol
- gwisgo masg wyneb yn ôl yr angen
- golchi eich dwylo'n ofalus ac yn aml

Bydd y wybodaeth isod yn eich helpu i feddwl am eich penderfyniad i gael y brechlyn os ydych yn feichiog ac yn gymwys i gael eich brechu

Rydych yn wynebu risg uwch o ddal COVID-19 os yw'r canlynol yn wir:

- ☐ rydych chi neu rywun yn eich aelwyd yn weithiwr iechyd neu ofal cymdeithasol neu'n gweithio mewn cartref gofal
- ☐ mae gan eich cymuned gyfradd uchel neu gynyddol o heintiau COVID
- ☐ rydych yn cael cyswllt aml â phobl y tu allan i'ch cartref
- ☐ nid ydych yn gallu cydymffurfio â chadw pellter cymdeithasol ar gyfer gweddill eich beichiogrwydd
- ☐ rydych yn byw mewn aelwyd orlawn
- ☐ rydych o ethnigrwydd Du neu Asiaidd, neu o gefndir ethnigrwydd lleiafrifol arall



Rydych yn wynebu risg uwch o fynd yn sâl gyda COVID-19 os yw'r canlynol yn wir:

- ☐ Mae gennych gyflyrau meddygol sylfaenol fel problemau imiwnedd, diabetes, pwysedd
- ☐ gwaed uchel, clefyd y galon neu asthma
- ☐ Rydych dros eich pwysau
- ☐ Rydych dros 35 oed
- ☐ Rydych yn nhri mis olaf beichiogrwydd (dros 28 wythnos)



Beth ddylwn ei wneud i'm helpu i benderfynu?

- Os ydych yn wynebu risg uwch o ddal COVID-19, dylech ystyried cael y brechlyn
- Os ydych yn wynebu risg uwch o fynd yn ddifrifol wael os byddwch yn dal COVID-19, dylech ystyried cael y brechlyn
- Dylech drafod risgiau a manteision brechu, gan gynnwys sgil-ffeithiau posibl y brechlynnau gwahanol, gyda gweithiwr gofal iechyd proffesiynol cyn gwneud eich penderfyniad terfynol. Os byddwch, ar ôl trafod, yn dewis cael brechlyn, yna bydd eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol yn helpu i hwyluso'r dewis hwn.

Mae rhagor o wybodaeth, cwestiynau ac atebion a'r fersiwn ddiweddaraf o'r daflen hon ar gael yn **rcog.org.uk/covid-vaccine**