



## Taflen wybodaeth a chymorth penderfynu: Diweddarwyd 16 Rhagfyr 2021

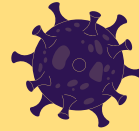
**Mae pob menyw feichiog yn y DU wedi cael cynnig dosau cyntaf ac ail ddosau o'r brechlyn COVID-19. Mae brechlynnau atgyfnerthu COVID-19 yn cael eu cynnig i bob menyw feichiog dros 18 oed, 3 mis ar ôl yr ail ddos.**

Argymhellir brechu yn gryf yn ystod beichiogrwydd, ond eich dewis chi yw penderfynu a ddylid cael y brechlyn. Bydd y wybodaeth isod yn eich helpu i wneud dewis hyddysg ynghylch a ddylech gael eich brechlynnau COVID-19 os ydych yn feichiog neu'n ceisio beichiogi.



**Mae brechlynnau COVID-19 yn ddiogel ac yn effeithiol yn ystod beichiogrwydd**

neu



**Gall dal COVID-19 yn ystod beichiogrwydd achosi salwch difrifol**

## Beth yw manteision brechu?

- ✓ **Gall COVID-19 fod yn fwy peryglus yn ystod beichiogrwydd**
  - Mae derbyniadau i'r ysbyty a salwch difrifol yn fwy cyffredin mewn menywod beichiog o gymharu â'r rhai nad ydynt yn feichiog
  - Mae marw-enedigaeth a genedigaeth cyn amser yn fwy tebygol o gymharu â menywod beichiog heb COVID-19
  - Mae menywod beichiog â chyflyrau iechyd sy'n bodoli eisoes yn wynebu risg uwch o salwch difrifol
- ✓ **Mae brechu yn effeithiol o ran atal salwch difrifol o 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
  - Mae brechlynnau eraill nad ydynt yn fyw (y pas, ffliw) yn ddiogel i fenywod beichiog a'u babanod heb eu geni

## Beth yw risgiau brechu?

### ✗ Nid oes unrhyw risgiau hysbys o frechu COVID-19 yn ystod beichiogrwydd

- 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
- Nid yw data o'r Unol Daleithiau, lle mae mwy na 177,000 o fenywod beichiog wedi cael brechlyn COVID-19 (gan ddefnyddio brechlynnau Pfizer BioNTech neu Moderna yn bennaf), wedi codi unrhyw bryderon diogelwch. Mae dros 100,000 o fenywod beichiog yn Lloegr a'r Alban hefyd wedi derbyn brechlyn COVID-19 heb gofnodi unrhyw effeithiau andwyol
- Ni chafwyd unrhyw dystiolaeth i awgrymu pryderon diogelwch gyda brechu COVID-19 yn ystod beichiogrwydd hyd yma

### ✗ Mae sgil-ffeithiau o'r brechlyn yn gyffredin, ac fel arfer yn ysgafn. Nid yw'r rhain yn effeithio ar feichiogrwydd, ond gallant gynnwys:

- adweithiau ar safle'r pigiad (braich ddolurus)
- blinder
- cur pen
- poen yn y cyhyrau
- twymyn, 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, ond nid yw'n ymddangos bod hyn yn fwy tebygol mewn menywod beichiog o gymharu â'r rhai nad ydynt yn feichiog. Dylid cynnig brechlynnau Pfizer neu Moderna i fenywod beichiog lle y maent ar gael oherwydd bod y data monitro diogelwch yn ystod beichiogrwydd o'r Unol Daleithiau a'r DU yn ymwneud â'r ddau frechlyn hyn.

? Efallai yr hoffech drafod brechu COVID-19 yn fanylach gyda'ch meddyg 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.



Sganiwch yma i gael y fersiwn ddiweddaraf o'r daflen wybodaeth a'r cymorth penderfynu



## 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. Rydym yn gwybod y gall dal COVID-19 yn ystod beichiogrwydd achosi salwch difrifol mewn menyw feichiog a dyna pam mae brechu COVID-19 yn ystod beichiogrwydd yn cael ei argymhell mor gryf. Mae tystiolaeth sylweddol sy'n dod i'r amlwg ar ddiogelwch brechlynnau COVID-19 yn ystod beichiogrwydd, ac 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 nysr imiwneiddio am wybodaeth
- Edrychwch ar y wybodaeth ar wefan **Asiantaeth Diogelwch Iechyd y DU** (Iechyd Cyhoeddus Lloegr yn flaenorol) neu wefannau **proffesiynol**. Mae'r dystiolaeth sydd ar gael ar ddiogelwch brechlynnau yn ystod beichiogrwydd yn cael ei chyhoeddi gan **UKTIS**
- 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 data 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). Mae angen gofal dwys ar un o bob 10 menyw a dderbynnir i'r ysbyty gyda COVID-19. Mae gan fenywod beichiog siawns uwch o fynd yn ddifrifol wael gyda COVID-19. Os ydych yn cael COVID-19 yn ystod beichiogrwydd, rydych ddwywaith yn fwy tebygol o ddioddef marw-enedigaeth, ac mae ddwywaith yn fwy tebygol y bydd eich babi'n cael ei eni'n gynamserol, a all effeithio ar ei iechyd hirdymor. Mae cael y brechlyn yn ei gwneud yn llawer llai tebygol y bydd angen derbyn i'r ysbyty - nid oedd 96% o fenywod beichiog a dderbyniwyd i'r ysbyty gyda COVID-19 ers 1 Chwefror wedi cael brechlyn.

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

Nid yw Data o'r Unol Daleithiau a'r DU, lle mae dros 275,000 o fenywod beichiog wedi cael brechlyn COVID-19, wedi codi unrhyw bryderon diogelwch. Nid oedd y treialon cychwynnol 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 oedd y wybodaeth am effeithiau brechu COVID-19 mewn menywod beichiog ar ddechrau'r rhaglen frechu, ond mae gennym lawer mwy o ddata amser real yn awr.

Gan fod y rhain yn frechlynnau newydd, nid oes astudiaethau eto ar yr effeithiau hirdymor ar fabanod a anwyd i fenywod a gafodd frechlyn COVID-19 yn ystod beichiogrwydd. Ond gan nad yw brechlynnau COVID-19 yn frechlynnau 'byw' ni allant achosi haint, ac mae brechlynnau eraill nad ydynt yn fyw wedi'u rhoi i fenywod yn ystod beichiogrwydd am lawer o flynyddoedd heb unrhyw bryderon diogelwch. Gellir trosglwyddo gwrthgyrff amddiffynnol o frechu COVID-19 o'r fam i'r babi, gan helpu imiwnedd y babi i COVID-19 hefyd.

Mae gwaith ymchwil o chwe astudiaeth mewn pedair gwlad, yn cynnwys mwy na 40,000 o fenywod beichiog yn dangos nad yw cael y brechlyn cynyddu'r risg o gamesgoriad, genedigaeth cyn amser na marw-enedigaeth. Ac nid yw'n cynyddu'r risg o gael babi sy'n fach o ran oedran cyfnod beichiogrwydd, na'r risg o annormaleddau cynhenid.

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.

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

Cynghorir menywod beichiog sydd wedi cael un dos o AstraZeneca (cyn iddynt feichiogi neu'n gynharach yn ystod beichiogrwydd), i gwblhau brechu gydag ail ddos o AstraZeneca.

## A oes ots pa gam o feichiogrwydd yr wyf ynddo?

Ystyrir bod y brechlyn yn ddiogel ac yn effeithiol ar unrhyw gam o feichiogrwydd. Nid oes tystiolaeth bod angen oedi tan ar ôl y 12 wythnos gyntaf.

Mae un dos o frechiad COVID-19 yn rhoi amddiffyniad da i chi yn erbyn yr haint gwreiddiol, ond gyda'r amrywiolyn Delta o'r feirws, mae angen dau ddos i roi lefel dda o imiwnedd. Rhoddir ail ddos 8 wythnos ar ôl y dos cyntaf. Argymhellir pigiad atgyfnerthu (trydydd dos) i roi'r amddiffyniad gorau yn erbyn yr amrywiolyn diweddaraf (Omicron).

## A oes angen brechlyn atgyfnerthu COVID-19 ar fenywod beichiog?

Ar 12 Ragfyr 2021, cyhoeddodd y llywodraeth y dylai pob oedolyn yn y DU, gan gynnwys menywod beichiog, drefnu brechlyn atgyfnerthu COVID-19 (trydydd dos) erbyn diwedd y flwyddyn. Gellir rhoi brechlynnau atgyfnerthu 3 mis (91 diwrnod) ar ôl eich 2il ddos.

Mae brechiad atgyfnerthu COVID-19 yn cael ei argymhell yn gryf gan ei fod yn darparu'r amddiffyniad gorau yn erbyn y feirws i fenywod beichiog a'u babanod.

Bydd menywod beichiog risg uchel â chyflwr meddygol sy'n bodoli eisoes sy'n atal imiwnedd yn cael cynnig pedwerydd dos o'r brechiad, ar ôl eu dos atgyfnerthu.

Cynghorodd y JCVI hefyd y gall pobl gael y brechiad atgyfnerthu COVID-19 a'r pigiad ffliw ar yr un pryd.

## 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). Ni fydd cael brechlyn yn newid eich asesiad risg galwedigaethol, ond os nad ydych wedi'ch brechu neu wedi'ch brechu'n rhannol dylech chi a'ch cyflogwr gymryd dull mwy rhagofalus, fel y disgrifir yng **nghanllawiau iechyd galwedigaethol** y llywodraeth. Bydd angen i bob menyw feichiog 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-19
- 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 orlaw
- 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 sy'n bodoli eisoes fel problemau imiwedd, diabetes, pwysedd gwaed uchel, clefyd y galon neu asthma
- Rydych dros eich pwysau (mae eich BMI yn 25 neu drosodd)
- Rydych dros 35 oed
- Rydych yn nhri mis olaf beichiogrwydd (dros 28 wythnos)

## Beth yw'r argymhellion?

- Argymhellir brechlynnau COVID-19 yn gryf yn ystod beichiogrwydd. Brechu yw'r ffordd orau o amddiffyn yn erbyn risgiau hysbys COVID-19 yn ystod beichiogrwydd i fenywod a babanod
- Argymhellir brechu i bob menyw feichiog ond yn enwedig os ydych yn wynebu risg uwch o fynd yn ddifrifol wael os ydych yn dal COVID-19
- Efallai yr hoffech drafod risgiau a manteision brechu, gan gynnwys sgil-ffeithiau posibl, gyda gweithiwr gofal iechyd proffesiynol cyn gwneud eich penderfyniad terfynol.