

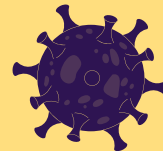
**Taflen wybodaeth a chymorth penderfynu:** Diweddarwyd ddydd Llun 23 Mai 2022

**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, gan gynnwys dosau cyntaf, ail ddosau a dosau atgyfnerthu, yn cael eu hargymell yn gryf yn ystod beichiogrwydd. Ar 16 Ragfyr 2021, cyhoeddodd y Cyd-bwyllgor ar Imiwneiddio a Brechu (JCVI) fod menywod beichiog yn cael eu hystyried fel grŵp 'agored i niwed' yn rhaglen frechu COVID-19, gan bwysleisio'r brys iddynt dderbyn brechiad COVID-19 a dosau atgyfnerthu.



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



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, fflw) 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 DU a'r Unol Daleithiau, lle mae cyfanswm o bron 350,000 o fenywod beichiog wedi cael brechlyn COVID-19 (Pfizer/BioNTech neu Moderna/Spikevax yn bennaf) wedi canfod unrhyw effeithiau andwyol brechu ar feichiogrwydd
- Ni chafwyd unrhyw dystiolaeth i awgrymu pryderon diogelwch gyda brechu COVID-19 yn ystod beichiogrwydd hyd yma

## ✗ Mae sgil-efeithiau 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
- pen tost/cur pen
- poen yn y cyhyrau
- twymyn, oerfel
- poen yn y cymalau

## ✗ Mae sgil-efeithiau 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 deg 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 2021 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 bron 350,000 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 drwy waed y llinyn a llaeth y fron, gan helpu imiwnedd y babi i COVID-19 hefyd.

Mae gwaith ymchwil o 16 o astudiaethau mewn pum gwlad, yn cynnwys mwy na 185,000 o bobl sy'n feichiog yn dangos nad yw cael y brechlyn yn 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 Spikevax 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), y gallant gael AstraZeneca ar gyfer eu hail ddos neu un o'r brechlynnau mRNA (Pfizer neu Moderna). Mae'r dystiolaeth yn awgrymu bod y rhai sy'n cael amserlenni cymysg yn gwneud ymateb imiwnyddol da.

## **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.

Rhoddodd un dos o frechiad COVID-19 amddiffyniad da i chi yn erbyn yr amrywiolyn Alfa 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 Omicron.

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

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. Gellir rhoi brechlynnau atgyfnerthu 3 mis (91 diwrnod) ar ôl eich 2il ddos.

Gall menywod beichiog sydd â chyflyrau meddygol sylfaenol risg uchel penodol sy'n atal imiwnedd gael cynnig 'pigiad atgyfnerthu'r gwanwyn' yn 2022, 6 mis o'u dos diwethaf. Os ydych yn y grŵp hwn, mae'n arbennig o bwysig trefnu eich brechlyn atgyfnerthu.

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

# 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
- 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 sy'n bodoli eisoes fel problemau imiwnedd, 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. .

Mae gwybodaeth, cwestiynau ac atebion a'r fersiwn ddiweddaraf o'r daflen hon ar gael yn [rcog.org.uk/covid-vaccine](https://www.rcog.org.uk/covid-vaccine)