Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

Amddiffyn eich babi rhag llid yr ymennydd a septisemia

Heintiau a achosir gan facteria meningococol B

GIG CYMRU NHS WALES
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Mae'r daflen hon yn cynnwys gwybodaeth am y brechiad MenB a'r afiechyd y bydd yn helpu i amddiffyn eich babi rhagddo.

Mae hefyd yn cynnwys gwybodaeth am ddefnyddio paracetamol ar ôl brechiad.

Fel arfer, caiff dau fath difrifol o haint llid yr ymennydd (llid ar leinin yr ymennydd) a septisemia (gwenwyn gwaed) eu hachosi gan MenB. Mae brechiad ar gael i helpu i amddiffyn rhag haint MenB.

Mae rhieni yn ofni llid yr ymennydd a septisemia oherwydd:

- mae'r symptomau'n ymddangos yn sydyn;
- gall waethygu'n gyflym iawn;
- gall ladd mewn oriau; a
- gall adael goroeswyr ag anableddau gydol oes.

Beth yw llid yr ymennydd?

Llid yr ymennydd yw llid ar leinin yr ymennydd a madruddyn y cefn. Gall waethygu'n gyflym iawn a gall arwain at fyddardod, dallineb, epilepsi (ffitiau), anawsterau dysgu ac weithiau marwolaeth.

Beth yw septisemia?

Mae septisemia (gwenwyn gwaed) yn haint difrifol sy'n gallu lladd ac mae'n gwaethygu'n gyflym iawn. Mae'r risg o farwolaeth yn uwch na gyda llid yr ymennydd.

Beth yw MenB?

Mae MenB yn dalfyriad ar gyfer bacteria meningococol B. Mae MenB yn un o sawl math o facteria meningococol (mae'r mathau mwyaf cyffredin eraill yn cynnwys W, Y ac C).

Mae'r rhan fwyaf o achosion o lid yr ymennydd a septisemia yn y DU yn cael eu hachosi gan y math B, yn enwedig ymysg plant ifanc a phlant yn eu harddegau. Yn 2013, yng Nghymru a Lloegr, cafodd mwy na 500 o achosion o MenB eu cadarnhau ymysg plant o dan bump oed. Gall bacteria meningococol arwain hefyd at ledaenu achosion mewn meithrinfeydd, ysgolion a phrifysgolion.

Sut mae MenB yn lledaenu?

Mae bacteria MenB yn byw yng ngwddw tua 1 o bob 10 o bobl heb achosi unrhyw broblemau o gwbl – yn wir, mae'n helpu i feithrin imiwnedd. Gall y bacteria ledaenu i bobl eraill drwy beswch, tisian neu gusanu.

Sut mae bacteria MenB yn achosi salwch difrifol?

Weithiau mae'r bacteria yn y gwddw yn cyrraedd llif y gwaed, gan achosi septisemia, neu gall gyrraedd yr ymennydd sy'n arwain at lid yr ymennydd. Gall bacteria MenB achosi'r ddau ar yr un pryd.

Pwy sydd fwyaf tebygol o gael MenB?

Mae MenB yn effeithio'n bennaf ar fabanod a phlant ifanc. Y rheswm am hyn yw am nad yw eu systemau imiwnedd wedi'u datblygu'n llawn eto i frwydro yn erbyn heintiau. Ond gall llid yr ymennydd a septisemia effeithio ar unrhyw oedran, felly mae'n bwysig gwybod am arwyddion a symptomau'r afiechydon.

Gall y symptomau ymddangos mewn unrhyw drefn ac efallai na fydd rhai'n ymddangos o gwbl. Edrychwch ar y llun isod am y symptomau.

Babanod a phlant bach

Tymheredd uchel, dwylo a thraed oer

Gwrthod bwyd a thaflu i fyny

Cwynfanllyd, ddim yn hoffi cael eu trin

Cysglyd, llipa, ddim yn ymateb

Anadlu'n gyflym neu rochian

Smotiau neu frech (edrychwch ar y prawf gwydr)

Crïo'n anarferol, griddfan

Y ffontanél (man meddal) yn dynn ac wedi chwyddo

Gwddw stiff, ddim yn hoffi goleuadau llachar

Ffitiau

Ffynhonnell: © meningitisnow.org

Ni fydd brech arferol septisemia meningococol yn pylu pan fyddwch yn ei gwasgu. Gallwch brofi am y frech drwy wasgu ochr gwydr clir yn gadarn yn erbyn y croen (edrychwch ar y llun). Nid yw'r frech nodweddiadol yma sydd fel arfer yn dechrau fel pin bach ond yn lledaenu'n gyflym i ffurfio patshys porffor dwfn yn datblygu ar bob plentyn. Cofiwch – nid yw'r symptomau'n ymddangos mewn trefn ac efallai na fydd rhai'n ymddangos o gwbl. Os oes gennych chi unrhyw amheuaeth am iechyd eich plentyn, dilynwch eich greddf a gofynnwch am help meddygol ar unwaith. Os na allwch gysylltu â'ch meddyg, ewch i adran achosion brys eich ysbyty agosaf.

Ffynhonnell: © meningitisnow.org

Oes posib trin afiechyd MenB?

Mae angen mynd i'r ysbyty ar frys a chael triniaeth gyflym gyda gwrthfiotigau gydag afiechyd MenB. Os caiff triniaeth ei dechrau'n gyflym, mae unigolion yn fwy tebygol o osgoi anabledd neu farwolaeth.

Oes posib atal afiechyd MenB?

Oes. Mae'r brechiad MenB wedi'i gynllunio i amddiffyn rhag y rhan fwyaf o heintiau MenB. Ers cyflwyno'r brechiad mae nifer yr achosion MenB mewn babanod wedi gostwng tua hanner.

Sut byddaf yn gwybod pryd mae'n amser imiwneiddio?

Anfonir apwyntiad at blant i gael eu brechiad MenB pan fyddant yr oedran priodol. Mae'r rhan fwyaf o feddygfeydd a chanolfannau iechyd yn cynnal clinigau babanod neu imiwneiddio arbennig.

Dylid rhoi'r brechiad MenB gyda brechiadau rheolaidd eraill pan fydd y babi yn:

ddau fis oed;

pedwar mis; a

12 i 13 mis.

Mae'r rhain yn cael eu rhoi yn y glun chwith fel rheol.

Mae hyn yn golygu y gallai fy mabi gael pedwar brechiad mewn un sesiwn rhwng 12 ac 13 mis oed. Ydi hynny'n ormod?

Nac ydi; o pan gânt eu geni mae systemau imiwnedd babanod yn eu hamddiffyn rhag y germau sydd o'u cwmpas. Heb y warchodaeth yma, ni fyddai babanod yn gallu amddiffyn eu hunain yn erbyn y degau o filoedd o facteria a feirysau sy'n gorchuddio eu croen, eu trwyn, eu gwddw a'u coluddion. Mae'r warchodaeth hon yn parhau gydol eu hoes.

Mae astudiaethau wedi dangos ei bod yn ddiogel cael y pedwar brechiad yma ar yr un pryd a bydd eich babi'n cael ei amddiffyn rhag rhai heintiau difrifol iawn ar unwaith. Bydd y brechiadau'n cael eu rhoi mewn un sesiwn pan fydd eich babi rhwng 12 ac 13 mis oed.

Beth os yw babanod yn colli eu brechiadau MenB pan fydd angen iddynt eu cael?

Os yw eich babi'n methu unrhyw un o'r brechiadau, siaradwch â'ch meddyg neu nyrs y practis i'w haildrefnu cyn gynted â phosib.

Oes unrhyw sgil-effeithiau i'r brechiad MenB?

Efallai y bydd eich babi'n cael rhywfaint o gochni a dolur lle cafodd y brechiad ei roi ac efallai y bydd ychydig yn bigog neu'n teimlo'n sâl am ychydig ddyddiau. Sgil-effaith mwyaf cyffredin y brechiad yw tymheredd uchel – uwch na 37.5°C. Dylech roi'r dos cywir o baracetamol addas i fabanod i'ch babi yn syth ar ôl pob un o'r ddau ddos cyntaf o frechiad MenB i helpu i leihau'r risg y bydd eich babi'n cael tymheredd uchel ac i leihau'r symptomau os bydd hynny'n digwydd.

Pryd ddylwn i roi'r paracetamol i fy mabi?

Dylech roi'r dos cyntaf cyn gynted â phosib ar ôl y brechiad. Dim ond paracetamol cryfder addas i fabanod (120mg/5ml) ddylech ei roi. Dylech gael paracetamol ar bresgripsiwn gan eich meddyg ar gyfer babanod cynnar iawn (a anwyd cyn 32 wythnos yn ystod beichiogrwydd). Un dos ar gyfer babi dau i chwe mis oed yw hanner llwy de, neu 2.5 ml, wedi'i fesur gan ddefnyddio'r llwy neu'r chwistrell a ddarperir. Wedyn rhowch yr ail ddos bedair i chwe awr ar ôl yr un cyntaf, a'r trydydd dos bedair i chwe awr ar ôl yr ail. Bydd angen i chi wneud hyn ar ôl pob un o'r ddau frechiad MenB cyntaf.

Gwnewch yn siŵr bod gennych chi ddigon o baracetamol i fabanod gartref cyn apwyntiad imiwneiddio cyntaf eich babi. Gallwch ei brynu gan fferyllydd neu o archfarchnad.

Peidiwch â rhoi'r dos cyntaf cyn i'ch babi gael y brechiad, gan y bydd angen i'ch nyrs wneud yn siŵr nad oes gan eich plentyn arwyddion o haint sy'n bodoli eisoes a all olygu weithiau bod rhaid gohirio'r brechiad.

Beth os yw fy mabi'n poeri'r paracetamol o'i geg?

Nid yw hyn yn digwydd fel arfer, ond os bydd eich babi'n poeri mwy na hanner y paracetamol o fewn ychydig funudau i'w gael, gallwch roi dos arall o baracetamol iddo eto yn syth.

Sut ydw i'n trin fy mabi os oes ganddo dymheredd uchel?

Dylai'r paracetamol helpu i atal tymheredd uchel ar ôl brechiad. Os bydd gan eich babi dymheredd uchel o hyd ar ôl y tri dos cyntaf o baracetamol, ond ei fod yn iawn fel arall, gallwch barhau i roi paracetamol i'ch babi am hyd at 48 awr. Dylech bob amser adael o leiaf pedair awr rhwng dosau a pheidiwch byth â rhoi mwy na phedwar dos mewn diwrnod. Gallwch geisio cadw'ch babi rhag mynd yn rhy boeth drwy wneud yn siŵr nad oes gormod o haenau o ddillad na blancedi arno. Os yw eich babi'n sâl, dylech ddilyn eich greddf a siarad â'ch meddyg teulu neu ffonio Galw Iechyd Cymru ar **0845 46 47** neu ffonio **111** os yw'r gwasanaeth hwn ar gael yn eich ardal.

Os oes gan eich babi dymheredd uchel o hyd 48 awr ar ôl y brechiad dylech siarad â'ch meddyg teulu neu ffonio Galw Iechyd Cymru ar 0845 46 47.

Oes angen paracetamol ar fy mabi gyda'r ail set o frechiadau ar ôl tri mis?

Mae'r risg o dymheredd uchel yn is pan roddir y brechiadau arferol i fabanod heb y brechiad MenB. Ni fydd eich babi'n cael y brechiad MenB yn ystod y brechiadau tri mis, felly mae'r risg o dymheredd uchel yn is. Fodd bynnag, os bydd eich babi'n cael tymheredd uchel ac yn ymddangos yn sâl, gallwch roi paracetamol iddo bryd hynny.

Oes angen paracetamol ar fy mabi gyda'r hwb-frechiadau yn 12 i 13 mis?

Yn 12 i 13 mis oed, mae'r risg o dymheredd uchel ar ôl brechiadau arferol gyda'r MenB neu hebddo yn debyg. Felly, nid oes angen tri dos o baracetamol ar eich babi gyda'r brechiadau arferol hyn. Fodd bynnag, os bydd eich babi'n cael tymheredd uchel ac yn ymddangos yn sâl, gallwch roi paracetamol iddo bryd hynny.

Peidiwch â rhoi meddyginiaethau eraill i'ch babi oni bai eu bod wedi cael eu rhoi ar bresgripsiwn gan eich meddyg.

Peidiwch byth â rhoi meddyginiaethau sy'n cynnwys aspirin i blant o dan 16 oed.

Oes unrhyw fabanod na ddylai gael y brechiad?

Ni ddylid rhoi'r brechiad i fabanod sydd wedi cael adwaith difrifol sy'n beryglus i fywyd i ddos blaenorol o'r brechiad, neu unrhyw gynhwysyn yn y brechiad.

Beth os yw fy mabi yn sâl ar ddiwrnod yr apwyntiad?

Os oes gan eich babi fân salwch heb dymheredd uchel, fel annwyd, gellir rhoi'r brechiadau fel arfer. Os bydd eich babi'n sâl gyda thymheredd uchel, gohiriwch y brechiad nes bydd eich babi yn well.

Os yw eich babi:

- yn dioddef o anhwylder gwaedu (er enghraifft, hemoffilia, lle nad yw'r gwaed yn ceulo'n iawn); neu
- wedi cael ffit nad oedd yn gysylltiedig â thymheredd uchel;

siaradwch â'ch meddyg, nyrs y practis neu'ch ymwelydd iechyd cyn i'ch plentyn gael unrhyw frechiad.

Mae'r brechiad MenB yn helpu i amddiffyn babanod a phlant ifanc rhag llid yr ymennydd a septisemia a achosir gan facteria MenB ond gall bacteria a feirysau eraill hefyd achosi'r cyflyrau hyn.

Cynllun y Cerdyn Melyn

Gallwch roi gwybod am sgil-effeithiau posib brechiadau a meddyginiaethau drwy'r cynllun Cerdyn Melyn ar-lein yn **yellowcard.mhra.gov.uk** neu drwy ffonio llinell gymorth y Cerdyn Melyn ar **0800 731 6789** (ar gael o ddydd Llun i ddydd Gwener, 10am i 2pm).

Ble mae cael rhagor o wybodaeth?

Meningitis Now

Ewch i: **www.meningitisnow.org**

Llinell Gymorth Am Ddim: **0808 80 10 388**
(9am i 4pm Llun - Gwener)

E-bost: helpline@meningitisnow.org
(atebir negeseuon e-bost yn ystod oriau swyddfa yn unig)

Meningitis Research Foundation

Ewch i: **www.meningitis.org**

Llinell Gymorth Am Ddim: **080 8800 3344**
(9am i 5pm Llun - Gwener)

E-bost: helpline@meningitis.org
(atebir negeseuon e-bost yn ystod oriau swyddfa yn unig)

Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau neu os ydych chi eisiau rhagor o wybodaeth, ewch i **111.wales.nhs.uk**, siaradwch â'ch meddyg neu nyrs neu ffoniwch **GIG 111 Cymru**.

Os nad yw **111** ar gael yn eich ardal chi, ffoniwch **0845 46 47**. Mae galwadau o linellau tir a ffonau symudol yn costio 2c y funud (a ffi arferol eich darparwr ffôn).

Gallwch gael gwybod mwy am y brechiad, ei gynnwys a'r sgil-effeithiau posib ar-lein yn **www.medicines.org.uk/emc**. Bydd rhaid i chi nodi enw'r brechiad (Bexsero) yn y bocs chwilio. Gallwch hefyd ddarllen y daflen i gleifion ar-lein.

Mae'r amserlen frechu reolaidd sy'n dangos pa frechiadau sy'n cael eu cynnig yng Nghymru ar gael o: **111.wales.nhs.uk/pdfs/adultschedule.pdf**

I archebu mwy o gopïau o'r daflen hon, ewch i: **www.iechydcyhoedduscymru.org/adnoddau-gwybodaeth-iechyd**

I gael gwybod sut mae'r GIG yn defnyddio eich gwybodaeth, ewch i: **111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights**

Cyhoeddwyd Mai 2021
© 2021 Ymddiriedolaeth y GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru
ISBN 978-1-78986-154-355