



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives



Beth i'w ddisgwyl
ar ôl brechiadau



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Mae'r daflen yma'n dweud wrthyhych chi am sgil-effeithiau cyffredin brechiadau a all ddigwydd mewn babanod a phlant ifanc hyd at bum mlwydd oed. Defnyddiwch yr wybodaeth yma fel canllaw yn unig. Dylech gael cyngor gan feddyg, ymwelydd iechyd neu nyrs bob amser os oes gennych chi unrhyw bryder, neu ffonio Gig 111 Cymru yn uniongyrchol ar 0845 46 47 neu 111 os yw ar gael yn eich ardal chi.

Mae taflenni gyda mwy o wybodaeth am frechiadau ar gael yn: 111.wales.nhs.uk/livewell/vaccinations/Leaflets



Beth i'w ddisgwyl ar ôl brechiadau a roddir drwy bigiad

Ar ôl brechiad, efallai y bydd eich plentyn yn crïo am ychydig, ond bydd yn setlo'n gyflym ar ôl mwythau neu fwyd. Nid yw'r rhan fwyaf o fabanod yn cael unrhyw sgil-effeithiau.

Mae'r sgil-effeithiau mwyaf cyffredin i'w gweld ble mae'r pigiad yn cael ei roi. Mae'r rhain yn cynnwys y canlynol:

- chwydd;
- cochni; a
- lwmp bach caled.

Fel arfer dim ond am ychydig ddyddiau mae'r rhain yn para a does dim angen gwneud unrhyw beth yn eu cylch.

Ar ôl brechiad, efallai y bydd plant ifanc yn anesmwyth am ddiwrnod neu ddau neu'n cael tymheredd uchel. Hefyd efallai y bydd plant hŷn yn cael tymheredd uchel, blinder, poenau yn y cyhyrau, cur pen a diffyg archwaeth bwyd am ddiwrnod neu ddau.

Sut i drin tymheredd uchel

Tymheredd dros 38°C yw tymheredd uchel. Mae'n eithaf cyffredin mewn plant ifanc ond heb fod yn ddifrifol fel arfer. Os yw wyneb eich plentyn yn boeth i'w gyffwrdd ac os yw'n edrych yn fochgoch, efallai bod ganddo dymheredd uchel. Defnyddiwch thermometr i fesur ei dymheredd.

Gan nad yw'r tymheredd yn uchel iawn fel arfer, dim ond rhoi paracetamol i'ch plentyn sydd ei angen os yw'n anesmwyth neu'n sâl. Darllenwch y cyfarwyddiadau ar y botel yn ofalus iawn i sicrhau eich bod yn rhoi'r dos cywir.

Ffoniwch y meddyg ar unwaith os oes gan eich plentyn dymheredd o 39°C neu uwch neu os bydd yn cael ffit. Os yw'r feddygfa ar gau ac os nad ydych yn gallu ffonio eich meddyg, dilynwch eich greddf a mynd i'r ysbyty agosaf sydd ag adran frys.

! Cofiwch: peidiwch byth â rhoi meddyginiaeth sy'n cynnwys aspirin i blant iau nag 16 oed.



Cadwch eich plentyn yn oer drwy wneud y canlynol...



gwneud yn siŵr nad oes ganddo ormod o haenau o ddillad neu flancedi



rhoi digon o ddiodydd oer iddo (os ydych chi'n bwydo ar y fron efallai y bydd eich plentyn eisiau bwyd yn amlach)



peidio â'i roi yn y bath



peidio â'i olchi gyda sbwng



peidio â rhoi ffan arno






Ar ôl brechiad MenB (meningitis B)

Gellir disgwyl tymheredd uchel ar ôl unrhyw frechiad, ond mae'n gyffredin iawn ar ôl brechiad MenB gyda'r brechiadau arferol eraill yn ddau a phedwar mis. Dyma pam rydym yn argymhell bod eich babi'n cael paracetamol babanod i atal a thrin tymheredd uchel.

Dylai eich babi gael cyfanswm o dri dos o baracetamol babanod wrth gael ei ddau frechiad MenB cyntaf.

Dylech wahanu'r dosys fel a ganlyn.

Oedran y babi: 2 a 4 mis

 <p>Dos 1</p>	 <p>Dos 2</p>	 <p>Dos 3</p>
Paracetamol	Paracetamol	Paracetamol
Un dos 2.5 ml (60 mg) i'w roi yn syth ar ôl y brechiad (gweler y nodyn isod)	Un dos 2.5 ml (60 mg) i'w roi 4 i 6 awr ar ôl dos 1	Un dos 2.5 ml (60 mg) i'w roi 4 i 6 awr ar ôl dos 2





Sylwer

Ar gyfer babanod buan iawn (wedi'u geni cyn 32 wythnos) neu fabanod bach iawn (sy'n pwysu llai na 3 kg), dylai eich meddyg teulu roi paracetamol yn ôl pwysau'r babi pan mae'n cael y brechiad. Dylech holi eich meddyg teulu a dilyn y cyfarwyddiadau ar y presgripsiwn.

Dylech fesur y dos 2.5ml/60mg a'i roi naill ai gan ddefnyddio chwistrell neu gyda llwy 2.5ml.

Dim ond os yw eich babi wedi cael y brechiad MenB gyda'r brechiadau arferol eraill yn 2 a 4 mis oed mae'r cyngor yma ar ddefnyddio paracetamol yn berthnasol. Os oes gan eich babi dymheredd uchel ar unrhyw adeg arall dylech ddilyn y cyfarwyddiadau a'r cyngor ar ddos ar becyn y cynnyrch neu'r daflen i'r claf.

Mae tymheredd uchel yn llawer llai cyffredin pan mae'r hwb-frechiad MenB yn cael ei roi yn 12 i 13 mis, felly ni fydd eich babi angen paracetamol bryd hynny. Ond os bydd eich babi'n datblygu tymheredd uchel neu os yw'n anniddig neu'n sâl, gallwch roi'r dos cywir iddo o baracetamol babanod os ydych eisiau.

-  Os nad oes gennych chi unrhyw hylif paracetamol i fabanod gartref dylech gael peth mewn pryd ar gyfer brechiad cyntaf eich babi.
-  Mae ar gael o fferyllfeydd ac archfarchnadoedd.

Ar ôl brechu gyda'r brechiad rotafeirws

Gall babanod sydd wedi cael y brechiad rotafeirws fod yn anghysurus (fel gyda'r rhan fwyaf o frechiadau eraill) ond gall rhai gael dolur rhydd ysgafn. Mewn achosion prin iawn (tua 2 o bob 100,000 o fabanod), gall y brechiad effeithio ar berfedd isaf y babi. Gall ddatblygu poen bol, taflu i fyny ac weithiau pasio rhywbeth sy'n edrych fel jeli coch yn ei glwt, o fewn saith diwrnod i'r brechiad fel arfer.



Os bydd hyn yn digwydd neu os ydych chi'n bryderus am eich plentyn, siaradwch gyda'ch meddyg teulu ar unwaith neu ffoniwch Galw Iechyd Cymru ar 0845 46 47 neu 111 os yw ar gael yn eich ardal chi neu ewch i adran frys eich ysbyty agosaf.

Ar ôl brechiad MMR

Mae'r brechiad yn cynnwys mathau wedi'u gwario o feirysau byw y frech goch, clwy'r pennau a rwbela. Gan fod y feirysau wedi'u gwario, ni all pobl sydd wedi cael y brechiad ddal y clefydau o'r brechiad na heintio pobl eraill. Mae'r tri math gwahanol o feirws yn y brechiad yn gweithredu ar wahanol adegau a gallant arwain at y sgil-ffeithiau canlynol.

- Ar ôl 6 i 10 diwrnod, mae brechiad y frech goch yn dechrau gweithio a gall achosi tymheredd uchel, brech fel y frech goch a dim awydd bwyd.
- Tua 2 i 3 wythnos ar ôl y pigiad, gall brechiad clwy'r pennau achosi symptomau fel y clwyf (tymheredd uchel a chwarennau chwyddedig).
- Gall y brechiad rwbela achosi brech am gyfnod byr a thymheredd ychydig yn uchel efallai, tua 12 i 14 diwrnod ar ôl y pigiad fel rheol. Hefyd efallai y bydd eich plentyn yn cael brech ymhen chwe wythnos (ond mae hyn yn brin).



Ar ôl brechu gyda'r brechiad drwy chwistrell trwyn

Mân a byrhoedlog yw'r sgil-ffeithiau cysylltiedig â'r brechiad fflw drwy chwistrell trwyn fel rheol. Bydd rhai plant yn cael trwyn yn rhedeg neu wedi blocio am ychydig ddyddiau. Ymhlith y sgil-ffeithiau eraill llai cyffredin mae ychydig o dymheredd, teimlo'n sâl, dim awydd bwyd a chur pen.

Adweithiau alergaidd prin iawn

Yn anaml iawn, gall adwaith alergaidd ar unwaith ddigwydd ar ôl brechu. Yr enw ar hyn yw adwaith anaffylactig. Gall achosi anawsterau anadlu, brech a chwydd sydd fel rheol yn dechrau ychydig funudau ar ôl rhoi'r brechiad a gall achosi i blentyn lewygu. Mae gwybodaeth o'r DU yn dangos bod yr adweithiau hyn yn digwydd mewn llai nag un miliwn o frechiadau arferol mewn plentynod. Mae'r staff sy'n rhoi'r brechiadau wedi'u hyfforddi i ddelio gydag adweithiau anaffylactig ac mae pobl yn gwella'n llwyr heb driniaeth fel rheol.

Gwirio diogelwch brechiadau

Cyn cyflwyno brechiadau, rhaid eu trwyddedu gan yr Asiantaeth Rheoleiddio Cynhyrchion Meddygol a Gofal Iechyd sy'n asesu eu diogelwch a'u heffeithlonrwydd.

Ar ôl cyflwyno'r brechiadau i'r rhaglen, mae eu diogelwch yn parhau i gael ei fonitro'n gyson er mwyn sylwi'n gyflym ar unrhyw sgil-ffeithiau newydd ac ymchwilio iddynt.

Os hoffech chi gael rhagor o wybodaeth am ddiogelwch brechiadau, ewch i www.mhra.gov.uk. Gall aelodau'r cyhoedd roi gwybod am sgil-ffeithiau a amheuir ar ôl cael brechiadau a meddyginiaethau gan ddefnyddio'r cynllun Cerdyn Melyn. Gallwch wneud hyn 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, 9am i 5pm).

Os nad ydych yn hapus gydag adwaith eich plentyn i unrhyw frechiad ar ôl darllen y daflen hon, siaradwch gyda nyrs eich meddygfa, eich ymwelydd iechyd neu eich meddyg teulu.



Ble mae cael mwy o wybodaeth?

Mae mwy o wybodaeth am gynnwys brechiadau a'r sgil-ffeithiau posib ar gael yn www.medicines.org.uk/emc. Nodwch enw'r brechiad yn y bocs chwilio a darllen y daflen i gleifion.

Mae'r amserlen frechu arferol sy'n dangos y brechiadau a gynigir yng Nghymru ar gael yn: 111.wales.nhs.uk/pdfs/CompleteW.pdf

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

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