



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

Brechlu COVID-19

Canllaw i rieni plant a phobl ifanc pump i 17 oed

Mawrth 2022

Mae'r daflen hon yn egluro rhaglen frechu coronafeirws (COVID-19) i blant a phobl ifanc pump i 17 oed.

Argymhellir y brechlyn yn gryf i blant a phobl ifanc pump i 17 oed sydd â chyflyrau iechyd sy'n wynebu risg uchel yn sgil COVID-19. Cynghorir bod plant a phobl ifanc eraill 12 i 17 oed yn cael y brechlyn. Gall rhieni plant pump i 11 oed nad ydynt yn wynebu risg uchel hefyd ddewis brechu eu plant. Fodd bynnag, mae llai o fanteision brechu yn y grŵp hwn.

Mae cael eich brechu yn ffordd ddiogel ac effeithiol o amddiffyn rhag salwch difrifol a chyfnod yn yr ysbyty gyda COVID-19.

Beth yw COVID-19 (coronafeirws)?

Mae COVID-19 yn glefyd anadlol heintus iawn a achosir gan feirws SARS-CoV-2. Prin iawn yw'r plant a'r pobl ifanc sydd â COVID-19 sy'n mynd ymlaen i gael clefyd difrifol. Nid oes gwellhad i COVID-19, er bod rhai triniaethau sydd wedi'u profi o'r newydd yn helpu i leihau'r risg o gymhlethdodau.

Pwy all gael y brechlyn a phryd?

Mae'r GIG yn cynnig dau ddos o frechlyn COVID-19 i blant a phobl ifanc. Bydd angen i'r rhai pump i 17 oed sy'n wynebu mwy o risg o haint COVID-19 gael dau ddos o'r brechlyn wyth wythnos ar wahân. Dylid cynnig dos cyntaf ac ail ddos o frechlyn i'r holl blant a phobl ifanc eraill pump i 17 oed 12 wythnos ar wahân.

Pa frechlyn fydd yn cael ei gynnig i blant a phobl ifanc?

Ar hyn o bryd, y brechlyn a ffefrir i blant a phobl ifanc pump i 17 oed yw'r brechlyn Pfizer (yr enw brand yw Comirnaty®). Bydd plant pump i 11 oed yn cael cynnig dos 10 microgram o'r brechlyn hwn. Bydd pobl ifanc 12 i 17 oed yn cael cynnig dos 30 microgram, ond gellir cynnig y naill ddos neu'r llall i'r rhai 12 oed. Mae'r brechlyn ar gyfer y glasoed ac oedolion yn effeithiol ac yn ddiogel iddynt ei gael. Gallwch ddarllen y taflenni Pfizer yma:

<https://www.medicines.org.uk/emc/product/13134/pil>

<https://www.medicines.org.uk/emc/product/12634/pil#gref>



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

Brechu COVID-19 a'r rhai sydd â system imiwnedd sydd wedi'i gwanhau'n ddifrifol

Efallai na fydd plant a phobl ifanc sydd â system imiwnedd sydd wedi'i gwanhau'n ddifrifol yn cael ymateb imiwnyddol cystal i'r ddau ddos cyntaf o frechlyn COVID-19. Argymhellir dos ychwanegol (trydydd dos) o leiaf wyth wythnos ar ôl eu hail ddos er mwyn rhoi gwell amddiffyniad iddynt. Gallwch drafod amseriad y trydydd dos gyda'ch arbenigwr.

A fydd angen brechlyn atgyfnerthu COVID-19?

Dylai pobl ifanc 16 i 17 oed, y rhai 12 i 15 oed sy'n wynebu risg uwch o COVID-19, ac unrhyw sy'n byw gyda phobl imiwnoataliedig o unrhyw oedran gael cynnig brechlyn atgyfnerthu o leiaf tri mis ar ôl cwblhau eu prif gwrs o frechlynnau.

Beth yw'r risg o COVID-19?

Gall coronafeirws effeithio ar unrhyw un. Ar gyfer y rhan fwyaf o blant a phobl ifanc, mae COVID-19 yn salwch ysgafn ac anaml y bydd yn arwain at gymhlethdodau. I ychydig iawn o bobl, gall y symptomau bara am fwy o amser na'r ddwy i dair wythnos arferol. Mae llai o blant a phobl ifanc nag oedolion yn cael eu derbyn i'r ysbyty neu ofal dwys neu'n marw o COVID-19. Fodd bynnag, bydd nifer bach o blant a phobl ifanc yn mynd yn ddifrifol wael ac yn gorfod mynd i'r ysbyty.

Er bod y risg o COVID-19 yn fach iawn i bob plentyn a pherson ifanc, mae'n uwch ymhlith plant hŷn na phlant iau. Mae risgiau haint COVID-19 hefyd yn uwch i blant â chyflyrau iechyd sy'n bodoli eisoes fel cancer, diabetes, problemau difrifol gyda'r galon, a chwynion ar y frest neu anawsterau anadlu, gan gynnwys asthma a reolir yn wael.

I gael rhagor o wybodaeth am y **rhestr lawn** o gyflyrau, ewch i:

icc.gig.cymru/pynciau/imiwneddio-a-brechlynnau/gwybodaeth-brechlyn-covid-19/cymhwysra-ar-gyfer-y-brechlyn

Mae cael eich brechu yn ffordd ddiogel ac effeithiol o amddiffyn rhag salwch difrifol a chyfnod yn yr ysbyty gyda COVID-19. Disgwylir hefyd i frechu gynnig rhywfaint o amddiffyniad rhag tonnau o haint COVID-19 yn y dyfodol. Mae'n ymddangos bod yr amrywiolyn Omicron presennol yn arbennig o ysgafn ymhlith plant a phobl ifanc. Nid yw'n hysbys a fydd amrywiolion yn y dyfodol mor ysgafn.

A yw'r brechlyn COVID-19 yn ddiogel i blant a phobl ifanc?

Mae'r rheoleiddiwr meddyginiaethau, yr Asiantaeth Rheoleiddio Meddyginiaethau a Chynhyrchion Gofal Iechyd (MHRA), wedi cadarnhau bod y brechlyn Pfizer yn ddiogel ac yn effeithiol i blant a phobl ifanc. Dilynodd hyn adolygiad trylwyr o ddiogelwch, ansawdd ac effeithiolrwydd y brechlynnau yn y grŵp oedran hwn.



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

Amddiffyniad o'r brechiad COVID-19

Mae'r brechlyn Pfizer sy'n cael ei gynnig yn creu ymateb imiwnyddol cryf a bydd yn rhoi rhywfaint o amddiffyniad tymor byr yn erbyn haint. Mae tystiolaeth dda y bydd y brechlyn yn rhoi amddiffyniad tymor hwy rhag salwch difrifol.

Gall gymryd ychydig wythnosau i ddatblygu rhywfaint o amddiffyniad o'r brechlyn. Fel pob meddyginiaeth, nid oes unrhyw frechlyn yn gwbl effeithiol – efallai y bydd rhai pobl yn dal i gael COVID-19 er iddynt gael brechiad, ond dylai'r effeithiau fod yn llai difrifol.

Nid yw'r brechlynnau'n cynnwys organebau sy'n tyfu yn y corff, ac felly maent yn ddiogel i blant ag anhwylderau'r system imiwnedd. Efallai na fydd y bobl hyn yn ymateb cystal i'r brechlyn ond dylai gynnig amddiffyniad iddynt rhag clefyd difrifol.

Beth nesaf?

- Byddwch chi neu'ch plentyn yn cael gwybodaeth ynghylch pryd a ble y bydd y brechiad yn cael ei gynnig.
- Bydd gwisgo dillad llewys byr llac ar ddiwrnod yr apwyntiad yn ei gwneud yn haws cyrraedd rhan uchaf y fraich, lle bydd y brechlyn yn cael ei roi.
- Mae gan rai plant a phobl ifanc ofn nodwyddau a gallant deimlo'n bryderus. Rhowch wybod i'r person sy'n rhoi'r brechlyn os yw hyn yn wir. Bydd yn deall ac yn eu cefnogi.
- Efallai yr hoffai eich plentyn ddod ag un o'i hoff deganau i chwarae pan fydd yn aros. Dyma ddolen i rai syniadau i leihau pryder eich plentyn yn ystod brechu: icc.gig.cymru/technegau-tynnu-sylw

Beth am roi caniatâd?

Gofynnir i bob rhiant a gofalwr sydd â chyfrifoldeb rhiant i roi caniatâd gwybodus i'w plentyn gael y brechlyn.

Mewn rhai amgylchiadau, efallai y bydd pobl ifanc 12 i 15 oed yn ddigon aeddfed i roi caniatâd eu hunain os ydynt yn deall yn llawn yr hyn sy'n cael ei gynnig, er ei bod yn well i rieni neu ofalwyr gymryd rhan yn eu penderfyniad ynghylch cael y brechlyn. Mae pobl ifanc 16 a 17 oed yn gallu rhoi caniatâd eu hunain.

Mae'n bwysig bod pobl ifanc yn darllen y wybodaeth am frechiad COVID-19 ac yn deall risgiau a manteision brechu. Bydd y nyrs neu'r person sy'n rhoi'r brechiad yn gallu trafod y brechlyn yn yr apwyntiad ac ateb unrhyw gwestiynau.

A oes unrhyw resymau pam na ddylid rhoi'r brechlyn?

Prin iawn yw'r plant a phobl ifanc na allant gael y brechlyn COVID-19.

Ni ddylid rhoi'r brechlyn i unrhyw un sydd wedi cael:

- adwaith anaffylactig wedi'i gadarnhau i unrhyw un o gynhwysion y brechlyn; neu



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

- adwaith anaffylactig wedi'i gadarnhau i ddos blaenorol o'r un brechlyn COVID-19.

Gall plant a phobl ifanc sydd â hanes o adwaith alergaidd difrifol i fwyd, cyffur neu frechlyn a nodwyd, neu bigiad pryfed gael y brechlyn COVID-19, ar yr amod nad yw'n hysbys bod ganddynt alergedd i unrhyw un o gynhwysion y brechlyn. Mae'n bwysig bod y person sy'n rhoi'r brechlyn yn gwybod a yw'r plentyn neu'r person ifanc erioed wedi cael adwaith alergaidd difrifol (anaffylaxis).

A ellir rhoi brechlynnau COVID-19 ar yr un pryd â brechlynnau eraill?

Gellir, mae modd rhoi brechlynnau COVID-19 ar yr un pryd â'r rhan fwyaf o frechlynnau eraill. I gael y cyngor diweddaraf ar hyn, ewch i:

icc.gig.cymru/pynciau/imiwneiddio-a-brechlynnau/gwybodaeth-brechlyn-covid-19/

A ellir rhoi'r brechlyn yn dilyn haint COVID-19?

Os yw plentyn neu berson ifanc wedi cael COVID-19, dylent:

- aros am bedair wythnos o leiaf cyn cael eu brechu os ydynt mewn grŵp sy'n wynebu risg uwch o salwch difrifol o COVID-19; neu
- aros am o leiaf 12 wythnos cyn cael eu brechlyn os nad ydynt mewn grŵp sy'n wynebu risg uwch o salwch difrifol o COVID-19.

Sgil-ffeithiau cyffredin

Fel pob meddyginiaeth, gall brechiadau achosi sgil-ffeithiau. Mae'r rhain fel rheol yn ysgafn ac yn para ychydig ddyddiau yn unig, ac nid yw pawb yn eu cael. Dylai'r sgil-ffeithiau cyffredin iawn bara diwrnod neu ddau yn unig. Mae'r brechlyn Pfizer yn tueddu i achosi mwy o sgil-ffeithiau ar ôl yr ail ddos.

Mae sgil-ffeithiau cyffredin iawn yn y diwrnod cyntaf neu ddau yn cynnwys:

- teimlad trwm neu ddolur lle cawsoch y pigiad;
- teimlo poenau neu fel bod gennych fflw;
- teimlo'n flinedig;
- pen tost/cur pen.

Gall plant a phobl ifanc gymryd parasetamol (yn y dos a'r ffurf gywir ar gyfer eu hoedran) i'w helpu i deimlo'n well. Mae'n bwysig darllen y cyfarwyddiadau ynghylch dos ar (neu yn) y pecyn. Er nad yw'n anghyffredin teimlo twymyn am ddau i dri diwrnod ar ôl y brechiad COVID-19, mae tymheredd uchel yn anarferol a gall ddangos bod ganddynt COVID-19 neu haint arall.

Cofiwch — ni ddylai plant a phobl ifanc o dan 16 oed gymryd meddyginiaethau sy'n cynnwys asbrin.

Mae'r symptomau yma'n para llai nag wythnos fel rheol.

Os yw symptomau eich plentyn fel pe baent yn gwaethygu neu os ydych yn bryderus, gallwch fynd i 111.wales.nhs.uk ar-lein, ffonio GIG 111 Cymru drwy ddeialu **111**, neu cysylltwch â'ch meddygfa. Os nad yw 111 ar gael yn eich ardal chi,



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

ffoniwch **0845 46 47**. Mae galwadau i 111 am ddim o linellau tir a ffonau symudol. Mae galwadau i 0845 46 47 yn costio 2c y funud ynghyd â thâl arferol eich darparwr ffôn.

Sgil-effeithiau llai cyffredin

Mae achosion o lid y galon (o'r enw myocarditis neu bericarditis) wedi'u nodi'n anaml iawn ar ôl brechlynnau COVID-19.

Mae'r rhan fwyaf o blant a phobl ifanc yn gwella o hyn ac yn teimlo'n well ar ôl gorffwys a thriniaeth syml.

Yn UDA, lle mae'r brechlyn wedi'i ddefnyddio am fwy o amser, rhoddwyd gwybod am yr holl sgil-effeithiau yn llawer llai cyffredin ar ôl dos y plant o'r brechlyn.

Mynnwch gyngor meddygol ar frys os oes gennych unrhyw rai o'r sgil-effeithiau hyn.

- Poen yn y frest
- Prinder anadl
- Teimlad bod eich calon yn dirgrynu neu'n curo'n gyflym iawn

Os byddwch yn cael cyngor gan feddyg neu nyrs, sicrhewch eich bod yn dweud wrthynt am frechiad eich plentyn (dangoswch y cerdyn cofnod brechlyn iddynt, os oes modd) er mwyn iddynt allu gwneud asesiad iawn.

Gwnewch yn siŵr eich bod yn cadw'r cerdyn cofnod brechlyn yn ddiogel

Gallwch roi gwybod am unrhyw sgil-effeithiau tybiedig brechlynnau a meddyginiaethau ar-lein drwy'r cynllun Cerdyn Melyn. Mae system Cerdyn Melyn Coronafeirws yn wefan lle gallwch roi gwybod am unrhyw sgil-effeithiau o'r brechlyn. Ewch i: coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

A allwch ddal COVID-19 o'r brechlyn?

Ni allwch ddal COVID-19 o'r brechlyn ond mae'n bosibl eich bod wedi dal COVID-19 a heb gael y symptomau tan ar ôl eich brechiad. Symptomau pwysicaf COVID-19 yw:

- peswch cyson newydd;
- tymheredd uchel; neu
- golli, neu newid, yn eich synnwyr blasu neu arogli arferol.

Os oes gan eich plentyn unrhyw rai o'r symptomau uchod, arhoswch gartref a threfnu iddo gael prawf drwy ffonio 119 (mae'r galwadau am ddim) neu ewch i:

<https://llyw.cymru/cael-prawf-coronafeirws-covid-19>

Os oes angen rhagor o wybodaeth arnoch am symptomau ewch i 111.wales.nhs.uk



Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

Beth i'w wneud nesaf

Bydd cerdyn cofnod brechlyn eich plentyn yn dangos manylion y dos cyntaf. Bydd yr ail ddos yn cael ei gynnig ar ôl wyth neu 12 wythnos. Cadwch y cerdyn yn ddiogel ac ewch ag ef i'r apwyntiad nesaf.

Os nad yw eich plentyn yn iach pan fydd angen iddo fynd i'w ail apwyntiad

Ni ddylent fynd i apwyntiad brechu os nad ydynt yn teimlo'n iach neu os ydynt yn hunanynysu neu'n aros am brawf neu ganlyniad COVID-19. Arhoswch nes ei fod wedi gwella cyn cael y brechlyn.

Sut y mae COVID-19 yn lledaenu?

Mae COVID-19 yn cael ei ledaenu drwy ddafnau sy'n cael eu hanadlu allan o'r trwyn neu'r geg, yn enwedig wrth siarad neu besychu. Hefyd gellir ei ddal drwy gyffwrdd eich llygaid, eich trwyn a'ch ceg ar ôl cyswllt â gwrthrychau ac arwynebau wedi'u llygru.

Rhaid i chi barhau i ddilyn y canllawiau presennol yn llyw.cymru/coronafeirws

Rhagor o wybodaeth

Gallwch gael rhagor o wybodaeth am frechlynnau COVID-19, gan gynnwys eu cynnwys a sgil-ffeithiau posibl yn:

coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation

Gallwch roi gwybod am sgil-ffeithiau a amheuir ar-lein yn: coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk neu drwy lawrlwytho'r ap Cerdyn Melyn.

I gael gwybod sut y mae'r GIG yn defnyddio eich gwybodaeth, ewch i:

111.wales.nhs.uk/aboutus/yourinformation/?locale=cy

I gael y daflen hon mewn fformatau eraill, ewch i: icc.gig.cymru/pynciau/imiwneiddio-a-brechlynnau/gwybodaeth-brechlyn-covid-19