

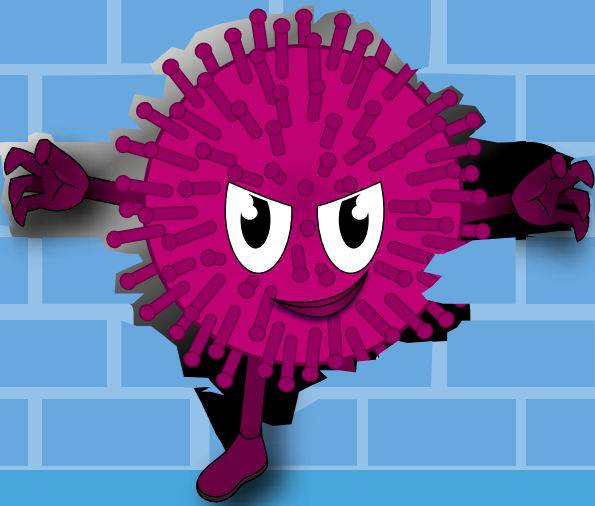


GIG
CYMRU
NHS
WALES

FFLIW

AMDDIFFYN EICH PLENTYN

Brechu plant rhag y
ffliw yn 2015





Yn 2015, bydd pob plentyn 2 neu 3 oed, a'r rheini yn y dosbarth derbyn neu ym mlynnyddoedd 1 neu 2 yn cael cynnig chwistrelliad i'r trwyn i'w hamddiffyn rhag y ffliw.

Pam mae angen amddiffyn plant rhag y ffliw?

Mae'r ffliw'n cael ei achosi gan feirysau ac mae'n lledaenu'n hawdd. Gall unrhyw un gael y ffliw ond mae plant yn fwy tebygol o'i gael. Gall achosi gwres, teimlo'n oer, poenau yn y cyhyrau, pen tost/cur pen, blinder, trwyn llawn, peswch a llwnc tost/dolur gwddw sy'n para hyd at wythnos. Yn aml, mae'r ffliw'n gwneud i blant deimlo'n anhwylyd iawn ac mae angen rhai dyddiau yn y gwely arnynt. Mae'n gallu achosi salwch difrifol i rai plant. Mae'r cymhlethdodau'n cynnwys bronchitis, niwmonia a heintiau yn y clustiau. Mae rhai plant mor sâl y bydd angen iddynt fynd i'r ysbyty.

Mae plant sydd mewn mwy o berygl o fod yn sâl iawn â'r ffliw, e.e. rhai sydd â chyflyrau iechyd fel diabetes, neu glefyd

y galon neu'r ysgyfaint, wedi bod yn cael cynnig eu brechu rhag y fflw bob blwyddyn ers blynyddoedd.

Sut mae'r brechlyn fflw yn helpu?

Mae'r brechlyn fflw, yn enwedig y chwistrelliad i'r trwyn (nasal spray) i blant, yn amddiffyn yn dda rhag y fflw yn y tymor y mae'n cael ei roi. Mae'n dechrau amddiffyn tua phythefnos ar ôl ei roi. Mae rhai pobl yn cael y fflw er eu bod wedi'u brechu ond, yn aml, mae'r symptomau'n ysgafnach. Nid yw brechlynnau fflw yn amddiffyn rhag annwyd nac afiechydon eraill y gaeaf.

Mae'r brechlyn fflw yn amddiffyn plant yn dda rhag y fflw ac yn helpu i'w atal rhag lledaenu.

Pa blant fydd yn cael cynnig eu brechu rhag y fflw yn 2015?

Bydd pob plentyn 2 a 3 oed a'r rheini yn y dosbarth derbyn neu ym mlynyddoedd 1 a 2 yn yr ysgol yn cael cynnig eu brechu. Rhoddir y brechlyn fflw i'r rhan fwyaf o blant ar ffurf chwistrelliad (spray) i'r trwyn.

Yn y pen draw, bydd pob plentyn 2 oed a throsodd yn cael cynnig eu brechu bob blwyddyn. Tan hynny, efallai y bydd y grwpiau oedran sy'n cael cynnig y brechlyn yn newid bob blwyddyn.

Bydd plant 6 mis oed a throsodd sydd mewn mwy o berygl na'r cyffredin o fod yn sâl iawn â'r ffliw yn dal i gael cynnig eu brechu rhag y ffliw bob blwyddyn.

Sut caiff y brechlyn ei roi i blant?

Gall y rhan fwyaf o blant gael y brechlyn mewn chwistrelliad i'w trwyn. Mae'r brechlyn mewn chwistrelliad yn amddiffyn plant yn well na phigiad ffliw. Mae ychydig o blant sy'n methu cael y brechlyn ar ffurf chwistrelliad a byddan nhw'n cael cynnig pigiad yn y fraich.

Mae'n well peidio â rhoi'r brechlyn ar ffurf chwistrelliad i'r trwyn i unrhyw un sydd:

- O dan 2 oed.
- Yn 18 oed neu'n hŷn.
- Yn feichiog.
- Yn cael triniaeth aspirin (salisylad) hirdymor
- Yn cymryd tabledi steroid (ar hyn o bryd, neu yn y pythefnos ddiwethaf) neu anadlydd steroid dos uchel.
- Mewn cysylltiad agos â rhywun sydd â'i system imiwnedd wedi'i gwanhau (e.e. ar ôl cael trawsblaniad mêr esgyrn) ac sy'n cael ei nyrsio mewn amgylchedd gwarchoddedig.

Neu unrhyw un sydd:

- Wedi cael gofal dwys o'r blaen ar gyfer alergedd difrifol i wyau.

- System imiwnedd wedi'i gwanhau.
- Gwich ar y frest ar ddiwrnod y brechiad neu yn y 3 diwrnod cyn hynny.
- Wedi cynyddu'r defnydd o'i anadlydd asthma yn y 3 diwrnod cyn hynny.

A oes plant na ddylent gael eu brechu rhag y ffliw o gwbl?

Mae yna ychydig iawn o bobl na allant gael eu brechu rhag y ffliw. Os oes rhywun wedi cael adwaith alergaidd difrifol i frechlyn rhag y ffliw (neu unrhyw ran ohono) yn y gorffennol, ni ddylai gael y brechlyn hwnnw eto. Dylai pobl sy'n anhwylyd â gwres uchel ohirio'r brechu nes byddant yn well.

Nid yw peswch, annwyd na salwch ysgafn arall yn rheswm dros ohirio brechu rhag y ffliw.

Pa mor aml mae angen brechu rhag y ffliw?

Mae angen brechu rhag y ffliw bob blwyddyn i roi'r amddiffyniad gorau. Gan fod feirysau'r ffliw yn gallu newid bob blwyddyn, mae brechlynnau newydd yn cael eu cynhyrchu i'w trechu.

A yw'n iawn brechu rhag y ffliw ar yr un pryd â brechu rhag pethau eraill?

Ydy, mae'n iawn rhoi'r brechlyn ffliw ar yr un pryd â brechlynnau eraill. Os yw

plentyn yn colli'r brechiad, soniwch wrth y nyrs ysgol, ymwelydd iechyd, nyrs practis neu feddyg teulu er mwyn gwneud apwyntiad arall.

A oes gan y brechlyn fflw unrhyw sgil-effeithiau?

Mae brechlynnau fflw yn ddiogel iawn. Mae rhai plant yn cael gwres braidd yn uchel, blinder, pen tost/cur pen neu gyhyrau'n brifo am ddiwrnod neu ddau ar ôl cael eu brechu rhag y fflw. Gall chwistrelliad i'r trwyn wneud i'r trwyn redeg neu deimlo'n llawn. Gall pigiad wneud y fraich yn boenus. Mae adweithiau eraill yn llai cyffredin.

Ar ôl cael chwistrelliad i'r trwyn, mae'n well peidio â dod i gysylltiad am 1-2 wythnos ag unrhyw un â system imiwnedd wan iawn, er enghraifft rhywun sydd newydd gael trawsblaniad mêr esgyrn. Mae'n well trafod hyn gyda'ch meddyg neu'ch nyrs cyn brechu.

Mae brechu rhag y fflw yn gyflym ac yn ddiogel a gallai atal wythnosau o salwch difrifol.

A fydd y brechlyn fflw yn achosi'r fflw?

Na, fydd y brechlyn fflw ddim yn achosi'r fflw.

A oes angen i mi wneud rhywbeth?

Bydd plant sy'n 2 neu 3 oed ar 31 Awst 2015 yn cael eu gwahodd i fynd i'w meddygfa i gael eu brechu.

Bydd plant yn y dosbarth derbyn neu ym mlynnyddoedd 1 a 2 yn cael cynnig eu brechu yn yr ysgol a bydd gwybodaeth a ffurflen ganiatâd yn cael eu hanfon atynt. Gofynnir i chi ddarllen yr wybodaeth, llofnodi'r ffurflen a'i hanfon yn ôl i'r ysgol cyn gynted ag y bo modd.

Dylai rhieni plant sy'n 4 oed ar 31 Awst 2015 nad ydynt yn yr ysgol, gysylltu â'u meddyg teulu.

Plant mewn grwpiau oedran eraill

Bydd plant mewn grwpiau oedran eraill sydd mewn perygl o gael cymhlethdodau oherwydd y ffliw yn gallu cael eu brechu yn eu meddygfa.

Fel rheol, mae'r brechlynnau ar gael o ddiwedd Medi ymlaen. I sicrhau'r amddiffyniad gorau, dylai pobl gael eu brechu rhag y ffliw ddechrau'r hydref, cyn i achosion o'r ffliw ddechrau. Mae modd brechu pobl yn nes ymlaen yn y flwyddyn, ond dechrau'r hydref sydd orau.

Ai brechlyn newydd sydd yn y chwistrelliad i'r trwyn?

Nage. Mae miliynau o ddosau o'r brechlyn sydd yn y chwistrelliad i'r trwyn wedi'u rhoi mewn gwledydd ym mhedwar ban byd dros y 10 mlynedd diwethaf, yn enwedig yn America.

Gallwch gael rhagor o wybodaeth am y brechlyn, gan gynnwys yr hyn sydd ynddo a'r sgil-ffeithiau posibl, yn www.medicines.org.uk/emc/ drwy roi enw'r

brechlyn yn y blwch chwilio ac edrych ar y daflen wybodaeth i gleifion.

Mae'r amserlen imiwneiddio sy'n dangos pa frechiadau sy'n cael eu cynnig fel mater o drefn yng Nghymru ar gael yn www.publichealthwales.org/routineimmunisation-schedule-wales

Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu os oes angen rhagor o wybodaeth arnoch, siaradwch â'ch meddyg neu'ch nyrs, ffoniwch Galw Iechyd Cymru ar 0845 4647 neu ewch i www.nhsdirect.wales.nhs.uk/

Mae copïau o'r daflen hon ar gael trwy e-bostio: hplibrary@wales.nhs.uk neu ffonio 08456 064050.

Cynhyrchwyd y daflen hon gan:

Is-adran Iechyd y Cyhoedd Llywodraeth Cymru a Rhaglen Frechu yn erbyn Clefydau Ataliadwy, Iechyd Cyhoeddus Cymru

