

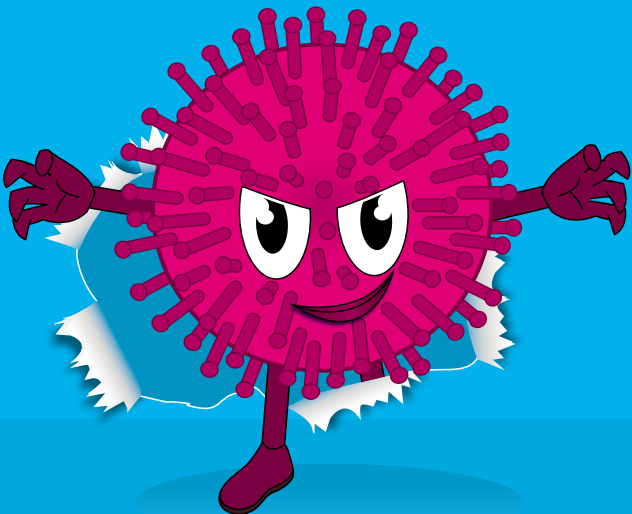


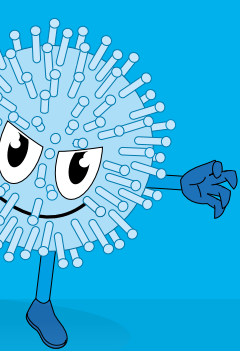
GIG
CYMRU
NHS
WALES

FFLIW

AMDDIFFYN EICH
PLENTYN

Brechu plant rhag y
ffliw 2014





Cyhoeddwyd Mehefin 2014

Yn 2014, bydd pob plentyn 2, 3 a 4 oed, plant sydd ym mlwyddyn 7 yn yr ysgol, a phlant 2 oed a throsodd sydd mewn perygl o fod yn sâl iawn â'r ffliw, 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 anhwylyus 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 fel bod angen iddynt fynd i'r ysbyty.

Mae plant sy'n fwy tebygol na'r cyffredin 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 ffliw bob blwyddyn ers blynyddoedd.

Sut mae'r brechlyn ffliw yn helpu?

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

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

Pa blant fydd yn cael cynnig eu brechu rhag y ffliw yn 2014?

Bydd plant iach 2, 3 a 4 oed a rhai ym mlwyddyn 7 yn yr ysgol yn cael cynnig eu brechu. Rhoddir y brechlyn ffliw i'r rhan fwyaf o blant ar ffurf chwistrelliad (*spray*) i'r trwyn.

Yn y pen draw, bydd pob plentyn iach 2 oed a throsodd yn cael cynnig cael eu brechu bob blwyddyn ond, 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.
- Ag alergedd i wyau.
- 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 ag:

- Asthma difrifol.
- Gwich ar y frest ar yr adeg pan mae i fod i gael y brechlyn.
- System imiwnedd wedi'i gwanhau.

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

Ychydig iawn o bobl na ddylai gael eu brechu rhag y ffliw o gwbl. 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.

Bydd y chwistrelliad i'r trwyn yn dal i weithio i bobl os yw eu trwyn yn rhedeg neu os ydynt yn tisian yn syth ar ôl ei gael.

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-ffeithiau?

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 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 mêt esgyrn. Mae'n well trafod hyn gyda'ch meddyg neu'ch nyrs cyn brechu.

Mae brechu rhag y fflw yn sydyn 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.

Sut caiff y plant eu galw? A oes angen i mi wneud rhywbeth?

Bydd plant sy'n 2, 3 neu 4 oed ar 31 Awst 2014 yn cael eu gwahodd i fynd i'w meddygfa i gael eu brechu.

Bydd y rhan fwyaf o ddisgyblion blwyddyn 7 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. Mae'n well bod y rhieni'n rhoi caniatâd ar gyfer eu plentyn os oes modd ond, o dan rai amgylchiadau, gall plant hŷn roi caniatâd ar eu cyfer eu hunain os ydynt yn deall yn iawn beth sy'n cael ei gynnig.

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

Na. 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.

Ble gaf i ragor o wybodaeth?

Gallwch gael cyngor o'ch meddygfa, neu gan nyrs ysgol, ymwelydd iechyd neu Galw Iechyd Cymru.



Ewch i: www.nhsdirect.wales.nhs.uk/default.aspx?locale=cy neu ffonio Galw Iechyd Cymru ar **0845 46 47**.



Cewch ragor o wybodaeth am ganiatâd mewn gofal iechyd ar gyfer pobl ifanc o:
www.cymru.gov.uk/imiwneiddio



Fluenz Tetra® yw enw'r brechlyn a roddir i'r rhan fwyaf o blant. Gallwch ddysgu rhagor am y brechlyn hwn yn:
www.medicines.org.uk/emc/ drwy roi enw'r brechlyn yn y blwch chwilio ac edrych ar y daflen wybodaeth i gleifion.

Mae copïau o'r daflen hon ar gael trwy e-bostio: hplibrary@wales.nhs.uk neu ffonio: **0845 606 4050**

Mae'r daflen hon ar gael i'w lawrlwytho o wefan Llywodraeth Cymru ar imiwneiddio: www.cymru.gov.uk/imiwneiddio

Cynhyrchwyd y daflen hon gan:

Is-adran Iechyd y Cyhoedd
Llywodraeth Cymru
Parc Cathays
Caerdydd
CF10 3NQ
Ffôn: 0300 060 3300

ISBN Argraffu: 978-1-4734-1693-2
ISBN Digidol: 978-1-4734-1695-6
© Hawlfraint y Goron 2014
21935