



Mae Brechu yn achub bywydau  
Vaccination saves lives



# Brechu COVID-19 a chlotiau gwaed

## Gwybodaeth am eich brechiad

Mae rhaglen frechu'r DU wedi bod yn llwyddiannus iawn gyda mwy na 30 miliwn o bobl wedi'u brechu a mwy na 6,000 o fywydau eisoes wedi'u hachub.

### Beth yw'r pryder?

Yn ddiweddar cafwyd adroddiadau am gyflwr prin iawn yn ymwneud â chlotiau gwaed a gwaedu anarferol ar ôl brechu. Mae hyn yn cael ei adolygu'n ofalus ond nid yw'r ffactorau risg ar gyfer y cyflwr hwn yn glir eto.

Er bod y cyflwr hwn yn parhau'n eithriadol o brin, ymddengys fod risg uwch mewn pobl yn fuan ar ôl y dos cyntaf o frechlyn AstraZeneca (AZ). Mae tua 4 o bobl yn datblygu'r cyflwr hwn am bob miliwn o ddosau o frechlyn AZ a roddir.

Gweler hyn ychydig yn amlach ymhlith pobl iau ac mae'n tueddu i ddigwydd rhwng 4 diwrnod a 2 wythnos ar ôl brechu.

Gall y cyflwr hwn hefyd ddigwydd yn naturiol, ac mae problemau clotio yn un o gymhlethdodau cyffredin haint Covid-19. Nid oes risg uwch wedi'i gweld eto ar ôl brechlynnau COVID-19 eraill ond mae hyn yn cael ei fonitro'n ofalus.

### Beth yw manteision a risgiau brechu?

Oedran	Risg o COVID-19	Mantais brechu	Risg brechu
Dros 50 oed neu â chyflyrau meddygol sylfaenol	<p><b>Isel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>dal haint</li> <li>trosglwyddo haint</li> </ul> <p><b>Uchel iawn</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>cyfnod yn yr ysbyty</li> <li>derbyn gofal dwys</li> <li>marwolaeth</li> </ul> <p><b>Cymedrol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>COVID Hir</li> </ul>	<p><b>Un dos gostyngiad o fwy nag 80% o ran</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>marwolaethau</li> <li>cyfnod yn yr ysbyty</li> <li>gofal dwys</li> </ul> <p><b>Dau ddos gostyngiad o fwy na 95% o ran</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>marwolaethau</li> </ul>	<p><b>Anghyffredin</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>braich ddolurus</li> <li>teimlo'n flinedig</li> <li>pen tost</li> <li>poenau cyffredinol</li> <li>symptomau tebyg i'r ffliw</li> </ul> <p><b>Prin iawn</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>problemau clotio</li> </ul>
30 i 49 oed	<p><b>Uchel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>dal haint ysgafn</li> <li>trosglwyddo haint</li> </ul> <p><b>Isel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>cyfnod yn yr ysbyty</li> <li>derbyn gofal dwys</li> <li>marwolaeth</li> </ul> <p><b>Cymedrol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>COVID hir</li> </ul>	<p><b>Un dos gostyngiad rhwng 60% a 70% o ran</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>dal haint</li> <li>trosglwyddo haint</li> </ul> <p><b>Dau ddos gostyngiad o fwy na 85% o ran</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>dal a throsglwyddo haint</li> </ul>	<p><b>Cyffredin</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>braich ddolurus</li> <li>teimlo'n flinedig</li> <li>pen tost</li> <li>poenau cyffredinol</li> <li>symptomau tebyg i'r ffliw</li> </ul> <p><b>Prin iawn</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>problemau clotio</li> </ul>
18 i 29 oed	<p><b>Uchel iawn</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>dal haint ysgafn</li> <li>trosglwyddo haint</li> </ul> <p><b>Isel iawn</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>cyfnod yn yr ysbyty</li> <li>derbyn gofal dwys</li> <li>marwolaeth</li> </ul> <p><b>Cymedrol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>COVID hir</li> </ul>	<p><b>Un dos gostyngiad rhwng 60% a 70% o ran</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>dal haint</li> <li>trosglwyddo haint</li> </ul> <p><b>Dau ddos gostyngiad o fwy na 85% o ran</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>dal a throsglwyddo haint</li> </ul>	<p><b>Cyffredin iawn</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>braich ddolurus</li> <li>teimlo'n flinedig</li> <li>pen tost</li> <li>poenau cyffredinol</li> <li>symptomau tebyg i'r ffliw</li> </ul> <p><b>Prin iawn</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>problemau clotio</li> </ul>

# Beth y dylwn ei wneud nesaf?

## Dros 50 oed neu â chyflyrau meddygol sylfaenol<sup>1</sup>

Cafodd yr holl oedolyn hŷn (gan gynnwys gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol dros 50 oed), preswylwyr cartrefi gofal, gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol<sup>2</sup> ac oedolion â rhai chyflyrau meddygol eu blaenoriaethu yng ngham cyntaf y rhaglen gan eu bod yn wynebu risg uchel o gymhlethdodau COVID-19.

Mae'r Asiantaeth Rheoleiddio Meddyginiaethau a Chynhyrchion Gofal Iechyd (MHRA) a'r Cyd-bwyllgor ar Imiwneiddio a Brechu (JCVI) yn cynghori y dylech barhau i gael unrhyw rai o'r brechlynnau COVID-19 sydd ar gael. Mae manteision brechu o ran eich amddiffyn rhag canlyniadau difrifol COVID-19 yn drech nag unrhyw risg o'r cyflwr prin hwn. Dylech hefyd gwblhau eich cwrs gyda'r un brechlyn a gawsoch ar gyfer y dos cyntaf.

Os mai brechlyn AZ oedd eich dos cyntaf ac nad ydych wedi dioddef unrhyw sgil-ffeithiau difrifol dylech gael yr ail ddos yn brydlon oherwydd gallech wynebu risg uchel o hyd o ran cymhlethdodau COVID-19. Bydd cael yr ail ddos yn rhoi mwy o warchodaeth i chi am gyfnod hirach ac mae'n tueddu i achosi llai o sgil-ffeithiau cyffredin (gan gynnwys cur pen am gyfnod byr).

## Beth y dylwn gadw llygad amdano ar ôl brechu?

**Er bod sgil-ffeithiau difrifol yn brin iawn, os byddwch yn profi unrhyw rai o'r canlynol o tua 4 diwrnod i 4 wythnos ar ôl brechu dylech geisio cyngor meddygol ar frys.**

- Pen tost newydd, difrifol nad yw'n cael ei helpu gan boenladdwyr arferol neu sy'n gwaethygu
- Cur pen sydd fel pe bai'n gwaethygu wrth orwedd i lawr neu blygu drosodd.
- Cur pen anarferol gyda'r canlynol yn cyd-fynd ag ef efallai:
  - ♦ Golwg aneglur, cyfog a chwydu
  - ♦ Anhawster gyda'ch lleferydd
  - ♦ Gwendid, teimlo'n gysglyd neu ffitiau
- Cleisio neu waedu pigiad pin newydd, heb esboniad
- Diffyg anadl, poen yn y frest, chwyddo yn y coesau neu boen cyson yn y stumog

## Os ydych yn berson iach rhwng 30 a 50 oed

Mae'r MHRA a'r JCVI yn cynghori y dylai pob oedolyn yn y grŵp adran hwn (gan gynnwys gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol) barhau i gael unrhyw rai o'r brechlynnau COVID-19 sydd ar gael. Mae manteision brechu o ran eich amddiffyn rhag canlyniadau difrifol COVID-19 yn drech nag unrhyw risg o'r cyflwr prin hwn. Dylech hefyd gwblhau eich cwrs gyda'r un brechlyn a gawsoch ar gyfer y dos cyntaf.

## Os ydych yn berson iau iach rhwng 18 a 29 oed

Mae'r MHRA a'r JCVI yn parhau i fonitro manteision a diogelwch brechlyn AZ ymhlith pobl iau. Dylech ystyried yn ofalus risg COVID-19 i chi a'ch teulu a'ch ffrindiau cyn gwneud penderfyniad.

Ar hyn o bryd mae'r JCVI wedi cynghori ei bod yn well i bobl o dan 30 oed gael brechlyn heblaw AZ. Os byddwch yn dewis cael brechlyn COVID-19 arall efallai y bydd yn rhaid i chi aros i gael eich amddiffyn. Efallai y byddwch yn dymuno bwrw ymlaen gyda'r brechiad AZ ar ôl i chi ystyried yr holl risgiau a manteision i chi.

## Beth am yr ail ddos?

Os ydych eisoes wedi cael dos cyntaf o frechlyn AZ heb ddioddef unrhyw sgil-ffeithiau difrifol dylech gwblhau'r cwrs. Mae hyn yn cynnwys pobl rhwng 18 a 29 oed sy'n weithwyr iechyd a gofal cymdeithasol, gofawyr di-dâl ac aelodau o deulu'r rhai sydd ag imiwnedd isel. Disgwylir y bydd dos cyntaf y brechlyn wedi rhoi rhywfaint o amddiffyniad i chi, yn enwedig yn erbyn clefyd difrifol.

<sup>1</sup> Os oes gennych chi rai anhwylderau ceulo'r gwaed prin, dylech drafod a oes posib i chi gael y brechlyn AZ gyda'ch arbenigwr.

<sup>2</sup> Mae hyn yn cynnwys gofawyr di-dâl ac aelodau o deulu'r rhai sydd ag imiwnedd isel

Ceir rhagor o wybodaeth yn y ddolen ganlynol:

[icc.gig.cymru/brechlyn-covid-19](https://icc.gig.cymru/brechlyn-covid-19)

© Crown Copyright 2020. Datblygwyd y wybodaeth hon yn wreiddiol gan Iechyd Cyhoeddus Lloegr

© Iechyd Cyhoeddus Cymru, Fersiwn 2