

Gwarchod rhag tetanws, difftheria a pholio



Mae'r daflen yma ar gyfer pobl ifanc a'u rhieni neu eu gwarcheidwaid. Mae'n esbonio'r hwb-frechiad i bobl ifanc yn eu harddegau sy'n cael ei gynnig pan maent tua 13 i 14 oed, i warchod rhag tetanws, difftheria a pholio. Weithiau gelwir y brechiad yma'n Td/IPV

Beth yw tetanws?

Mae tetanws yn glefyd poenus sy'n effeithio ar y system nerfol. Mae'n gallu arwain at wingo yn y cyhyrau ac achosi problemau anadlu, ac mae'n gallu lladd. Caiff ei achosi, er enghraifft, pan mae'r germau sydd yn y pridd ac mewn tail yn mynd i mewn i'r corff drwy friwiau neu losgiadau agored ar y croen. Nid oes posib pasio tetanws o berson i berson.

Beth yw difftheria?

Mae difftheria'n glefyd difrifol sydd fel rheol yn dechrau gyda dolur gwddw a gall achosi problemau anadlu'n gyflym iawn. Gall niweidio'r galon a'r system nerfol ac, mewn sawl achos, gall ladd.

Beth yw polio?

Mae polio'n firws sy'n ymosod ar y system nerfol a gall achosi parlys parhaol y cyhyrau. Mae'n effeithio ar gyhyrau'r frest neu'r ymennydd ac mae polio'n gallu lladd.

Os ydw i wedi cael fy imiwneiddio rhag tetanws, difftheria a pholio fel plentyn, ydw i wedi fy ngwarchod o hyd?

Ydych. Bydd gennych ryw faint o warchodaeth, ond mae arnoch angen yr hwb-frechiad yma i gwblhau'r drefn imiwneiddio sy'n rhoi gwarchodaeth i chi yn y tymor hir.

Faint o ddosys sydd raid i mi eu cael i wneud yn siŵr fy mod i wedi cael fy ngwarchod?

Rhaid i chi gael pum dos o frechiadau tetanws, difftheria a pholio i greu a chynnal eich imiwnedd. Dylech eu cael fel hyn:

- y tri dos cyntaf yn fabi;
- y pedwerydd dos yn dair i bedair oed (cyn i chi ddechrau yn yr ysgol); ac
- y pumed dos yn 13 i 14 oed (ym mlwyddyn 9 yn yr ysgol fel rheol).

Efallai y bydd rhaid i chi gael mwy o ddosys ar gyfer rhai swyddi neu i deithio.

Os ydych chi'n meddwl eich bod chi wedi colli unrhyw rai o'r dosys, siaradwch gyda'ch nyrs neu eich meddyg.

Dydi hi ddim yn rhy hwyr i gael y brechiadau.



Pryd a ble fyddaf i'n cael yr hwbfrechiad?

Yn y rhan fwyaf o ardaloedd yng Nghymru, mae'r brechiad Td/IPV yn cael ei gynnig ym mlwyddyn 9 fel rheol. Mewn rhai ardaloedd, dim ond yn eich meddygfa mae'n cael ei gynnig.

Beth sydd raid i mi ei wneud?

Os byddwch yn cael ffurflen ganiatâd yn yr ysgol, gwnewch yn siŵr eich bod chi, neu riant neu warcheidwad, yn darllen yr wybodaeth, llofnodi'r ffurflen a'i dychwelyd i'r ysgol cyn gynted â phosib.

Mae'n well cynnwys eich riant neu eich gwarcheidwad ond, o dan rai amgylchiadau, gallwch roi caniatâd eich hun os ydych yn deall beth sy'n cael ei gynnig yn llawn. Os ydych chi'n byw mewn ardal lle nad yw'r brechiad yn cael ei roi yn yr ysgol, cewch wahoddiad i'w gael yn eich meddygfa.

Sut byddaf yn cael yr hwbfrechiad Td/IPV?

Mae'r Td/IPV yn cael ei roi fel brechiad yn rhan uchaf y fraich ar yr un pryd â'r brechiad MenACWY sy'n helpu i'ch gwarchod chi rhag clefyd meningococol. Os ydych chi braidd yn nerfus am gael brechiadau, dywedwch wrth y nyrs neu'r meddyg.

Oes unrhyw frechiadau eraill y dylwn i eu cael nawr?

Y brechiadau Td/IPV a MenACWY fydd y rhai olaf o'ch brechiadau plentyndod fwy na thebyg. Felly, mae'n syniad da gofyn i'r person sy'n rhoi'r brechiadau i chi a ydych chi wedi cael eich imiwneiddio'n llawn gyda'r holl frechiadau eraill fel sydd angen hefyd, er enghraifft, MMR (y frech goch, clwy'r pennau a rwbela). Os nad ydych chi wedi cael y brechiad MMR, dylech gael un dos nawr ac un arall ymhen mis.

Oes unrhyw resymau pam na ddylwn i gael fy imiwneiddio?

Ychydig iawn o bobl ifanc yn eu harddegau sy'n methu cael y brechiad Td/IPV. Ni ddylech gael y brechiad Td/IPV os ydych chi wedi cael adwaith difrifol (yn peryglu bywyd) i unrhyw gynhwysyn neu unrhyw dds blaenorol o'r brechiad difftheria, tetanws neu bolio.



Beth os ydw i'n sâl ar ddiwrnod yr apwyntiad?

Os oes gennych chi fân salwch, heb dymheredd uchel, fel annwyd, dylech gael y brechiad yr un fath. Os ydych chi'n sâl gyda thymheredd uchel, peidiwch â chael y brechiad nes eich bod yn well. Y rheswm am hyn yw i osgoi cysylltu'r tymheredd uchel â'r brechiad, a'r brechiad yn gwneud y tymheredd uchel sydd gennych chi eisoes yn waeth.

Siaradwch gyda'ch meddyg neu eich nyrs cyn cael y brechiad os oes gennych chi:

- anhwylder gwaedu; neu
- wedi cael confylsiwn (ffit) heb fod yn gysylltiedig â thymheredd uchel.

Oes unrhyw sgil effeithiau?

Efallai y bydd eich braich yn brifo ychydig ac wedi chwyddo, neu fymryn yn goch ac anesmwyth, lle rydych chi wedi cael y brechiad. Weithiau mae lwmp bychan di-boen yn ymddangos, ond mae hwn yn diflannu o fewn ychydig wythnosau fel rheol. Mae effeithiau mwy difrifol yn brin ond yn cynnwys tymheredd uchel, cur pen, penysgafndod, teimlo'n sâl a chwarennau wedi chwyddo.

Yn anaml iawn, mae rhai pobl yn cael adwaith alergaidd yn fuan ar ôl y brechiad. Gall fod yn frech neu gosi sy'n effeithio ar ran o'ch corff neu eich corff i gyd.

Yn fwy anaml fyth, mae rhai pobl yn gallu cael adwaith difrifol yn fuan ar ôl y brechiad, sy'n achosi anawsterau anadlu a gwneud i'r ysgyfaint grebachu. Yr enw ar hyn yw adwaith anaffylactig a gall ddigwydd gyda meddyginiaethau eraill a bwyd. Mae adwaith o'r fath yn eithriadol brin ac mae nyrsys wedi'u hyfforddi i ddelio ag ef. Gall pobl sydd wedi cael adwaith anaffylactig gael eu trin yn llwyddiannus ac fel rheol maent yn dod at eu hunain o fewn ychydig oriau.

Os oes gennych chi dymheredd uchel neu os ydych yn teimlo'n sâl ar ôl cael y brechiad, mae cymryd paracetamol neu ibuprofen yn syniad da. Darllenwch y cyfarwyddiadau ar y botel neu'r pecyn yn ofalus a chymryd y dos cywir ar gyfer eich oedran. Os oes angen, cymerwch ail ddos bedair i chwe awr yn ddiweddarach. Os yw eich tymheredd dal yn uchel ar ôl yr ail ddos, siaradwch gyda'ch meddyg teulu neu ffonio llinell gymorth am ddim y GIG ar 0845 46 47.

Nid ydym yn argymhell eich bod yn cymryd y meddyginiaethau yma cyn neu ar ôl y brechiad dim ond am eich bod yn disgwyl cael tymheredd uchel.

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

Ble mae cael rhagor o wybodaeth?

Mae posib cael mwy o wybodaeth am y brechiad, yn manylu ar ei gynnwys a'r sgil effeithiau posib, yn www.medicines.org.uk/emc/ drwy roi enw'r brechiad yn y bocs chwilio ac edrych ar y daflen wybodaeth i gleifion. Y brechiad sy'n cael ei ddefnyddio ar hyn o bryd ydi Revaxis.

Mae mwy o wybodaeth am y brechiad Td/IPV (sy'n cael ei adnabod hefyd fel yr hwb-frechiad 3:1 i bobl ifanc yn eu harddegau) yn www.nhsdirect.wales.nhs.uk/doityourself/vaccinations/3in1teenagebooster/?locale=cy

Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau, siaradwch gyda'ch meddyg neu eich nyrs, neu ffoniwch Galw Iechyd Cymru ar **0845 46 47**, neu **111** os ydi'r gwasanaeth yma ar gael yn eich ardal chi. Am fwy o wybodaeth ewch i www.nhsdirect.wales.nhs.uk/?locale=cy

I archebu mwy o gopïau o'r daflen hon, ewch i www.iechydcyhoedduscymru.org/adnoddau-gwybodaeth-iechyd