



## Taflen wybodaeth a chymorth penderfynu: Diweddarwyd 20 Gorffennaf 2021

### Mae pob menyw feichiog yn y DU dros 18 bellach wedi cael cynnig brechiad COVID-19.

Argymhellir brechu yn ystod beichiogrwydd, ond eich dewis chi yw penderfynu a ddylid cael y brechlyn. Bydd y wybodaeth isod yn eich helpu i wneud dewis hyddysg ynghylch a ddylech gael y brechlyn COVID-19 os ydych yn feichiog neu'n ceisio beichiogi.

#### Eich opsiynau:



Cael brechlyn  
COVID-19

neu



Aros i gael rhagor o  
wybodaeth am y brechlyn  
yn ystod beichiogrwydd

### Beth yw manteision y brechiad?

#### ✓ Gall COVID-19 fod yn fwy peryglus yn ystod beichiogrwydd

Mae astudiaethau wedi dangos bod achosion o dderbyn i'r ysbyty a salwch difrifol yn fwy cyffredin ymhlith menywod beichiog (o gymharu â'r rhai nad ydynt yn feichiog), yn enwedig y rhai yn nhri mis olaf beichiogrwydd, a bod marw-enedigaeth a geni cyn amser yn fwy tebygol (o gymharu â menywod beichiog heb COVID-19). Mae menywod beichiog â chyflyrau iechyd sylfaenol yn wynebu risg uwch o salwch difrifol.

#### ✓ Mae brechu yn effeithiol o ran atal haint COVID-19

#### ✓ Ni allwch gael COVID-19 o'r brechiad

- NID yw brechlynnau COVID-19 yn cynnwys coronafeirws byw
- NID yw brechlynnau'n cynnwys unrhyw gynhwysion ychwanegol sy'n niweidiol i fenywod beichiog neu eu babanod
- Mae brechlynnau eraill nad ydynt yn fyw (y pas, ffliw) yn ddiogel i fenywod beichiog a'u babanod heb eu geni.

# Beth yw risgiau'r brechiad?

## ✗ Nid yw brechlynnau COVID-19 wedi'u profi'n benodol eto mewn menywod beichiog.

- Mae brechlynnau COVID-19 wedi eu rhoi i nifer fawr o bobl i sicrhau eu bod yn cyrraedd safonau llym o ran effeithiolrwydd a diogelwch.
- Nid yw data o'r Unol Daleithiau, lle mae fwy na 130,000 o fenywod beichiog wedi cael brechlyn COVID-19 (gan ddefnyddio brechlynnau Pfizer BioNTech neu Moderna), wedi codi unrhyw bryderon diogelwch. Mae 4,000 o fenywod beichiog yn yr Alban wedi derbyn brechlyn COVID-19 heb gofnodi unrhyw effeithiau andwyol.
- Bydd astudiaethau yn ystod beichiogrwydd yn y dyfodol yn rhoi rhagor o wybodaeth i ni ynghylch pa mor effeithiol yw'r brechlyn yn ystod beichiogrwydd, ac ar ganlyniadau beichiogrwydd ar ôl brechu. Ni fu unrhyw arwyddion i awgrymu pryderon diogelwch hyd yma.

## ✗ Mae sgil-ffeithiau o'r brechlyn yn gyffredin. Nid yw'r rhain yn effeithio ar feichiogrwydd, ond gallant gynnwys:

- adweithiau ar safle'r pigiad (braich ddolurus)
- poen yn y cyhyrau
- blinder
- twymyn, oerfel
- cur pen
- poen yn y cymalau

## ✗ Mae sgil-ffeithiau prin iawn ond difrifol sy'n cynnwys thrombosis (clotiau gwaed) wedi'u nodi ar gyfer brechlyn AstraZeneca, ond nid yw'n ymddangos bod hyn yn fwy tebygol mewn menywod beichiog o gymharu â'r rhai nad ydynt yn feichiog. Dylid cynnig brechlynnau Pfizer BioNTech neu Moderna i fenywod beichiog lle y maent ar gael oherwydd bod y data monitro diogelwch o'r Unol Daleithiau yn ymwneud â'r ddau frechlyn hyn.



Efallai yr hoffech drafod brechu COVID-19 yn fanylach gyda'ch meddyg neu fydwaig



Os byddwch yn penderfynu cael brechlyn COVID-19, dywedwch wrth y tîm brechu eich bod yn feichiog er mwyn i hyn gael ei gofnodi.



Sganiwch yma i gael y fersiwn ddiweddaraf o'r daflen wybodaeth a'r cymorth penderfynu



## Sut i benderfynu: cyngor ar frechu COVID-19 i fenywod sy'n feichiog, neu a allai fod yn feichiog

Mae'r daflen hon wedi'i chynllunio i'ch helpu i wneud penderfyniad hyddysg ynghylch a ddylech gael brechlyn COVID-19 yn ystod beichiogrwydd. Ar hyn o bryd, mae'r brechlyn COVID-19 wedi'i gynnig i bob menyw feichiog dros 18 oed. Rydym yn gwybod bod brechlynnau'n effeithiol o ran atal COVID-19. Efallai y bydd rhai menywod beichiog yn ddifrifol wael gyda haint COVID-19, yn enwedig yng nghamau diweddarach beichiogrwydd. Ceir data sy'n dod i'r amlwg ar ddiogelwch brechlynnau COVID-19 yn ystod beichiogrwydd, ac nid oes tystiolaeth y gall y brechlynnau achosi niwed i chi neu eich babi.

### Beth ddylwn ei wneud i'm helpu i benderfynu?

- Sicrhewch eich bod yn gwybod cymaint ag y gallwch am y brechlyn a risgiau COVID-19 yn ystod beichiogrwydd. Gallwch ofyn i'ch bydwaig, meddyg neu nyrs imiwneiddio.
- Edrychwch ar y wybodaeth ar wefannau'r **GIG, Iechyd Cyhoeddus Lloegr** neu **weithiwr profesiynol**. Mae'r dystiolaeth sydd ar gael ar ddiogelwch brechlynnau yn ystod beichiogrwydd yn cael ei gyhoeddi gan **UKTIS**, rhan o Iechyd Cyhoeddus Lloegr.
- Edrychwch ar y wybodaeth isod a meddyliwch am eich risg o ddal a mynd yn ddifrifol wael oherwydd COVID-19. A ydych yn gallu lleihau eich siawns o ddod i gysylltiad â COVID-19?



### Beth sy'n hysbys am COVID-19 yn ystod beichiogrwydd?

Mae tua dwy ran o dair o fenywod sy'n profi'n bositif ar gyfer COVID-19 yn ystod beichiogrwydd heb unrhyw symptomau o gwbl. Yn y DU, mae gwyliadwriaeth yn dangos bod tua un o bob 100 o fenywod beichiog sydd wedi cael eu derbyn i'r ysbyty yn profi'n bositif ar gyfer COVID-19 (er y bydd hyn yn newid yn ystod camau'r pandemig). Mae angen gofal dwys ar un o bob 10 menyw a dderbynnir i'r ysbyty gyda COVID-19. Nid oes unrhyw fenywod beichiog sydd wedi cael y ddau ddos o'r brechlyn wedi'u derbyn i'r ysbyty ers i'r rhaglen frechu ddechrau. Mae'r rhan fwyaf o'r rhai a dderbyniwyd i'r ysbyty yn ddiweddar heb eu brechu, a dim ond pum menyw a dderbyniwyd i'r ysbyty a oedd wedi cael un dos o frechlyn.

Yng nghamau diweddarach beichiogrwydd mae menywod yn wynebu risg uwch o fynd yn ddifrifol wael gyda COVID-19. Os ydych yn cael COVID-19 yn ystod beichiogrwydd, rydych ddwywaith yn fwy tebygol o ddiodef marw-enedigaeth, ac mae ddwywaith yn fwy tebygol y bydd eich babi'n cael ei eni'n gynamserol, a all effeithio ar ei iechyd hirdymor.



## **Beth sy'n hysbys am effeithiau brechu COVID-19 mewn menywod beichiog?**

Nid yw Data o'r Unol Daleithiau, lle mae dros 130,000 o fenywod beichiog wedi cael brechlyn COVID-19, wedi codi unrhyw bryderon diogelwch. Nid oedd y treialon mawr a ddangosodd fod y brechlynnau hyn yn ddiogel ac yn effeithiol yn cynnwys menywod beichiog – fel sy'n aml yn digwydd yn ystod treialon clinigol. Mae hyn yn golygu mai prin yw'r wybodaeth am effeithiau brechu COVID-19 mewn menywod beichiog.

Nid yw brechlynnau COVID-19 yn cynnwys cynhwysion y gwyddys eu bod yn niweidiol i fenywod beichiog neu i fabi sy'n datblygu. Nid yw astudiaethau o'r brechlynnau mewn anifeiliaid i edrych ar yr effeithiau ar feichiogrwydd wedi dangos unrhyw dystiolaeth bod y brechlyn yn achosi niwed i'r beichiogrwydd na ffrwythlondeb. Nid yw'r brechlynnau COVID-19 rydym yn eu defnyddio yn y DU yn frechlynnau 'byw' ac felly ni allant achosi haint COVID-19 ynoch chi na'ch babi.

Dylid cynnig brechlynnau Pfizer BioNTech neu Moderna i fenywod beichiog, oherwydd bod y rhan fwyaf o'r data monitro diogelwch o'r Unol Daleithiau yn ymwneud â'r ddau frechlyn hyn.

Mae'r llywodraeth wedi cyngori y dylid cynnig brechlyn arall yn lle brechlyn AstraZeneca i unigolion o dan 40 oed, yn seiliedig ar y gymhareb risg/mantais ar gyfer y grŵp oedran hwnnw.



## **A oes ots pa gam o feichiogrwydd yr wyf ynddo?**

Ystyrir bod y brechlyn yn ddiogel ac yn effeithiol ar unrhyw gam o feichiogrwydd. Efallai y bydd rhai menywod yn dewis oedi eu brechlyn tan ar ôl y 12 wythnos gyntaf (sydd bwysicaf i ddatblygiad y babi) a byddant yn cynllunio i gael y dos cyntaf ar unrhyw adeg o wythnos 13 ymlaen, ond nid oes unrhyw dystiolaeth bod oedi yn angenrheidiol.

Mae un dos o frechiad COVID-19 yn rhoi amddiffyniad da i chi yn erbyn haint, ond gyda'r amrywiolyn diweddaraf (Delta) o'r feirws, mae angen dau ddos i roi lefel dda o imiwneidd. Rhoddir ail ddosau 8 i 12 wythnos ar ôl y dos cyntaf ac argymhellir eich bod yn cael dau ddos cyn rhoi genedigaeth, neu cyn i chi ddechrau'r tri mis olaf, pan fydd y risg fwyaf.

## A fydd cael brechiad COVID-19 yn effeithio ar fy ngwaith?

Nid yw unrhyw frechlyn yn 100% effeithiol, ond mae astudiaethau'n awgrymu y bydd yn helpu i atal rhai achosion o drosglwyddo (ond nid o reidrwydd pob un ohonynt). Felly, ni fydd cael brechlyn yn newid eich asesiad risg galwedigaethol. Mae hyn yn cynnwys cyngor na ddylech weithio mewn meysydd risg uchel os oes gennych gyflwr meddygol difrifol arall, neu os ydych ar ôl 28 wythnos o gyfnod beichiogrwydd. Bydd angen i chi ddilyn y cyngor yn eich gweithle a gartref o hyd:

- cadw pellter cymdeithasol
- gwisgo masg wyneb yn ôl yr angen
- golchi eich dwylo'n ofalus ac yn aml

## Bydd y wybodaeth isod yn eich helpu i feddwl am eich penderfyniad i gael y brechlyn os ydych yn feichiog ac yn gymwys i gael eich brechu

### Rydych yn wynebu risg uwch o ddal COVID-19 os yw'r canlynol yn wir:

- rydych chi neu rywun yn eich aelwyd yn weithiwr iechyd neu ofal cymdeithasol neu'n gweithio mewn cartref gofal
- mae gan eich cymuned gyfradd uchel neu gynyddol o heintiau COVID
- rydych yn cael cyswllt aml â phobl y tu allan i'ch cartref
- nid ydych yn gallu cydymffurfio â chadw pellter cymdeithasol ar gyfer gweddill eich beichiogrwydd
- rydych yn byw mewn aelwyd orlawn
- rydych o ethnigrwydd Du neu Asiaidd, neu o gefndir ethnigrwydd lleiafrifol arall



## Rydych yn wynebu risg uwch o fynd yn sâl gyda COVID-19 os yw'r canlynol yn wir:

- Mae gennych gyflyrau meddygol sylfaenol fel problemau imiwnedd, diabetes, pwysedd gwaed uchel, clefyd y galon neu asthma
- Rydych dros eich pwysau
- Rydych dros 35 oed
- Rydych yn nhri mis olaf beichiogrwydd (dros 28 wythnos)



## Beth yw'r argymhellion?

- Argymhellir brechlynnau COVID-19 yn ystod beichiogrwydd. Brechu yw'r ffordd orau o amddiffyn yn erbyn risgiau hysbys COVID-19 yn ystod beichiogrwydd i fenywod a babanod
- Argymhellir brechu i bob menyw feichiog ond yn enwedig os ydych yn wynebu risg uwch o fynd yn ddifrifol wael os ydych yn dal COVID-19
- Efallai yr hoffech drafod risgiau a manteision brechu, gan gynnwys sgil-ffeithiau posibl, gyda gweithiwr gofal iechyd proffesiynol cyn gwneud eich penderfyniad terfynol. Os byddwch yn dewis cael brechlyn, yna bydd eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol yn helpu i hwyluso'r dewis hwn. Fodd bynnag, fel ar gyfer y boblogaeth nad yw'n feichiog, gallwch gael brechlyn COVID-19 hyd yn oed os nad ydych wedi cael trafodaeth gyda gweithiwr gofal iechyd proffesiynol.

Mae rhagor o wybodaeth, cwestiynau ac atebion a'r fersiwn ddiweddaraf o'r daflen hon ar gael yn [rcog.org.uk/covid-vaccine](https://www.rcog.org.uk/covid-vaccine)