



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Iechyd Cyhoeddus  
Cymru  
Public Health  
Wales



# Brechriad HPV



Gwarchod dy hun rhag  
canserau sy'n cael eu  
hachosi gan HPV



## Sut i ddefnyddio'r daflen yma



Mae hon yn daflen hawdd ei darllen. Mae'r geiriau'n hawdd eu darllen a'u deall.

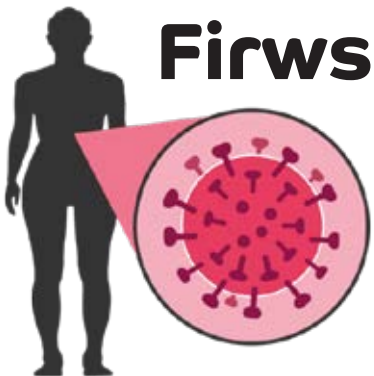


Efallai y byddi di angen help a chefnogaeth i ddarllen a deall y daflen yma. Gofynna i rywun rwyf ti'n ei adnabod dy helpu di.



Rydyn ni wedi ysgrifennu'r daflen yma yn Saesneg hefyd.

## Beth ydi brechiad



Mae brechiad yn ffordd o warchod pobl. Mae'n gallu helpu i dy stopio di rhag dal afiechyd.



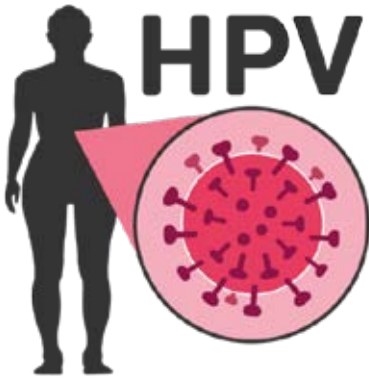
Mae darn bach o'r afiechyd yn cael ei roi yn dy gorff di. Fel arfer mae'n cael ei wneud drwy roi pigiad i ti.

## Sut mae brechiadau'n gweithio



Mae dy gorff di'n brwydro yn erbyn y darn bach yma o'r afiechyd a nawr mae'n gwybod sut i frwydro yn ei erbyn yn y dyfodol.

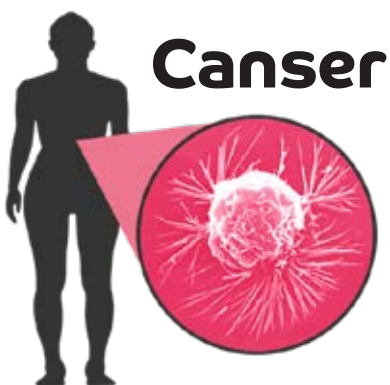
## Beth ydi HPV



HPV ydi'r enw byr am firysau o'r enw Papilomafirws Dynol. Mae HPV yn gyffredin iawn. Dydi'r rhan fwyaf o bobl ddim yn gwybod ei fod ganddyn nhw.



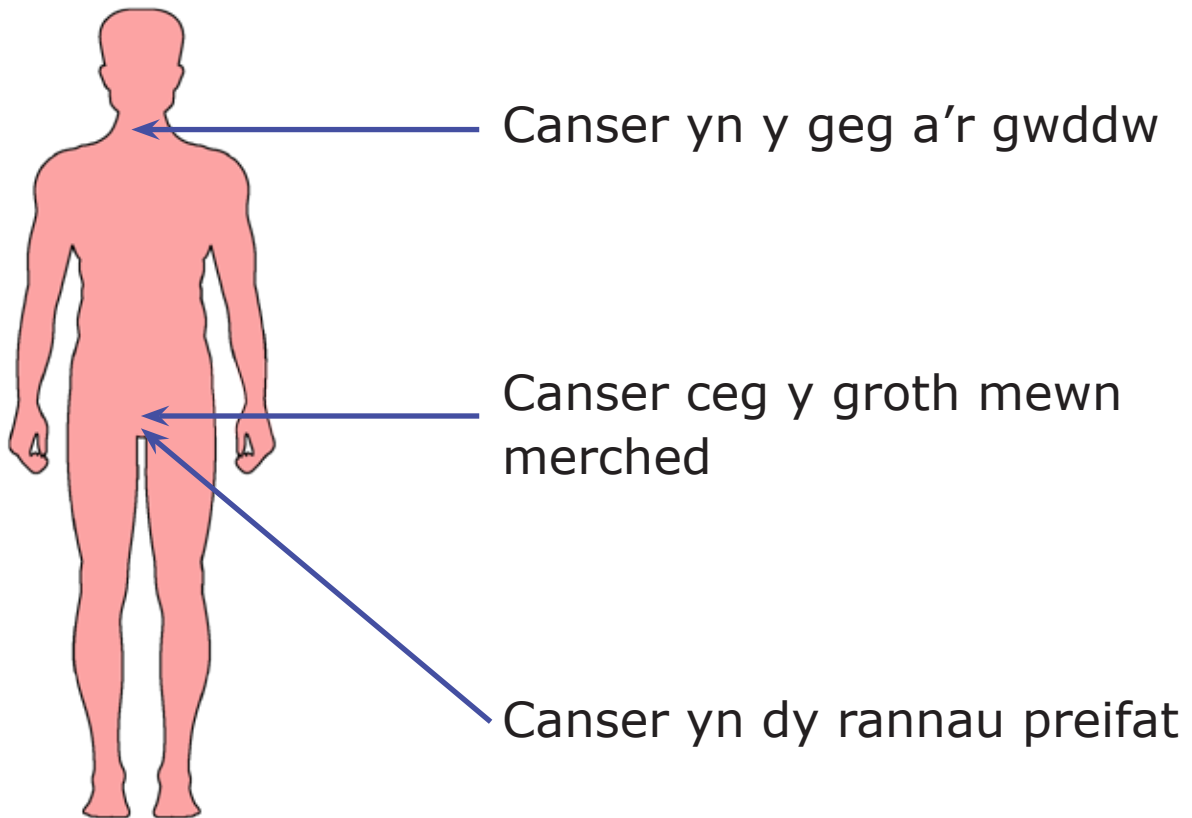
Mae posib ei ledaenu drwy gyswllt rhywiol. Mae hyn yn golygu cyffwrdd rhannau preifat rhywun arall. Rhannau preifat yw llefydd fel y penis, y fagina neu'r anws.



Os cei di HPV, mae gen ti fwy o siawns o gael rhai canserau.

Mae canser yn afiechyd difrifol ac mae rhai canserau yn gallu dy ladd di.

## Canserau sy'n gallu cael eu hachosi gan HPV



Hefyd mae HPV yn gallu achosi defaid sy'n tyfu o amgylch dy rannau preifat di.

Lympiau bychain o groen ychwanegol sy'n gallu tyfu ar dy gorff di yw defaid.

## Beth ydi brechiad HPV



Mae brechiad HPV yn bigiad y galli di ei gael i helpu i dy stopio di rhag cael canserau sy'n cael eu hachosi gan HPV.

## Pwy sy'n gallu cael y pigiad HPV



Mae pob plentyn 12 i 13 oed yn gallu cael y pigiad yn yr ysgol ym mlwyddyn 8.



Os nad wyt ti mewn ysgol, fe all i di ofyn i dy feddyg lleol amdano.



## Cael y pigiad HPV



Bydd nyrs yn rhoi 1 pigiad i ti yn nhop dy fraich. Mae cael y pigiad yn broses gyflym.



Rhaid i ti gael pigiad arall 6 i 12 mis yn nes ymlaen. Bydd y nyrs yn dweud wrthyti pan mae'n amser i ti ei gael.

x3



Efallai y bydd rhai pobl angen **3 pigiad**. Bydd dy nyrs neu'r meddyg yn siarad gyda ti am hyn.

## Sgil-effeithiau

Sgil-effeithiau yw pethau sy'n gallu digwydd ar ôl i ti gael y pigiad.

Bydd y nyrs yn siarad gyda ti am hyn.





Efallai y bydd dy fraich di'n brifo ychydig, yn goch neu wedi chwyddo lle cefais ti'r pigiad. Dylai wella mewn diwrnod neu ddau.



Efallai y byddi di'n teimlo'n sâl neu braidd yn boeth. Galli gymryd **paracetamol** neu **ibuprofen** i helpu.

Cofia ddarllen y cyfarwyddiadau ar y pecyn.



Paid â chymryd **aspirin** os wyt ti dan 16 oed.



Os wyt ti'n teimlo'n sâl neu'n poeni, galli di ffonio **Galw Iechyd Cymru**.

**Rhif Ffôn**  
**0845 46 47**

Mae posib ffonio **GIG 111** hefyd



## Dewis cael y pigiadau



Pan mae'n amser i ti gael y pigiadau, byddi'n cael ffurflen i'w llenwi gyda dy riant neu dy ofalwr.



Bydd y ffurflen yn gofyn i ti gytuno i gael y pigiadau.



Dylet siarad gyda dy riant neu dy ofalwr cyn cytuno i gael y pigiad.



Tyrd â'r ffurflen wedi'i llenwi yn ôl i'r ysgol ar unwaith.

## Beth sy'n digwydd os byddaf yn colli pigiad



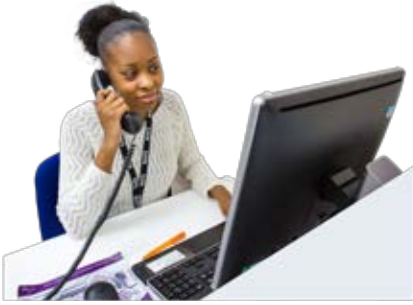
Os byddi di'n colli unrhyw bigiad siarada gyda'r nyrs ysgol neu'r meddyg lleol.

Bydd yn siarad gyda ti am sut i gael y pigiad rwy'ti wedi'i golli.



Mae'n bwysig dy fod di'n cael dy holl bigiadau er mwyn helpu i dy warchod di.

## Mwy o Wybodaeth



Os wyt ti eisiau mwy o wybodaeth am y pigiadau, galli siarad gyda'r nyrs ysgol neu feddyg lleol.



Hefyd mae posib cysylltu â  
**Galw Iechyd Cymru**

**Rhif Ffôn**  
**0845 46 47**

Neu ffonio **GIG 111**



Mae mwy o wybodaeth ar gael ar  
wefan **Galw Iechyd Cymru**.

**[www.nhsdirect.wales.nhs.uk/encyclopaedia/h/article/hpvimmunisationprogramme?locale=cy](http://www.nhsdirect.wales.nhs.uk/encyclopaedia/h/article/hpvimmunisationprogramme?locale=cy)**



I archebu mwy o gopïau o'r daflen yma, edrycha ar ein gwefan ni

**[www.iechydscyhoedduscymru.org/adnoddau-gwybodaeth-iechyd](http://www.iechydscyhoedduscymru.org/adnoddau-gwybodaeth-iechyd)**



I gael gwybod sut mae'r GIG yn defnyddio dy wybodaeth di, edrycha ar:

**[www.nhsdirect.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights?locale=cy](http://www.nhsdirect.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights?locale=cy)**