



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Iechyd Cyhoeddus  
Cymru  
Public Health  
Wales

# Brechriad HPV



Gwarchod rhag  
haint HPV

i helpu i leihau  
eich risg o ganser

# Rhaglen Imiwneiddio HPV

Mae'r brechiad HPV wedi cael ei gynnig i bob merch ym mlwyddyn ysgol 8 ers mwy na 10 mlynedd. O fis Medi 2019 ymlaen, mae'r brechiad yn cael ei gynnig i bawb (merched a bechgyn) ym mlwyddyn 8.

Y rheswm am hyn yw am fod y dystiolaeth yn glir bod y brechiad HPV yn helpu i warchod merched a bechgyn rhag canserau cysylltiedig â HPV.

## **Mae'r brechiad HPV yn helpu i'ch gwarchod chi rhag cael eich heintio gan bapilomafirws dynol (HPV)**

Mae'r feirws yma'n cynyddu'r risg o ddatblygu rhai canserau yn nes ymlaen mewn bywyd, fel:

- canser ceg y groth;
- rhai canserau ceg a gwddw; a
- rhai canserau yn yr anws a'r ardal wenerol.

Nid yw'r brechiad HPV yn gwarchod rhag heintiau eraill a drosglwyddir yn rhywiol.

# HPV a sut mae'n lledaenu

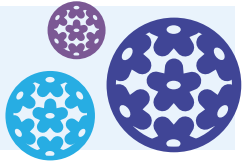
Mae haint HPV yn gyffredin iawn. Bydd mwy na 7 allan o 10 o'r bobl sydd heb gael y brechiad HPV yn ei gael



Mae HPV yn byw ar y croen yn yr ardal wenerol o'r corff ac o'i hamgylch, felly nid yw defnyddio condom yn rhoi gwarchodaeth lwyr rhag HPV



Mae llawer o wahanol fathau o HPV



Nid yw'r rhan fwyaf o heintiau HPV yn achosi unrhyw symptomau ac maent yn gwella eu hunain



Nid yw rhai'n clirio a gallant arwain at ganser, ac mae eraill yn achosi defaid gwenerol



## Pa wahaniaeth mae'r brechiad HPV wedi'i wneud hyd yma?

Ers dechrau'r rhaglen HPV yn 2008, mae tystiolaeth o'r DU yn dangos y canlynol:

- ↓ gostyngiad mawr yn nifer yr heintiau HPV gyda'r prif fathau o HPV sy'n achosi canser;
- ↓ gostyngiad yn nifer yr achosion o ddefaid gwenerol; a
- ↓ gostyngiad mewn clefyd cyn-ganser yng ngheg y groth mewn 7 allan o bob 10 menyw ifanc.

**Ymhen amser mae disgwyl i'r brechiad achub cannoedd o fywydau bob blwyddyn yn y DU drwy atal canser.**

## Cael y brechiad HPV

Mae'r brechiad yn cael ei roi yn eich braich a rhaid i chi gael dau ddos i gael gwarchodaeth lawn.

Rhoddir y pigiad cyntaf yn yr ysgol ym mlwyddyn 8. Fel rheol rhoddir yr ail chwe i 12 mis yn ddiweddarach yn yr ysgol. Bydd y nyrs ysgol neu'r tîm imiwneiddio yn rhoi gwybod i chi pryd mae'n amser ei gael.

**I roi'r warchodaeth orau i chi, dylech gael y brechiad cyn dechrau cael rhyw.**

**Os ydych chi'n cael rhyw dylech gael y brechiad yr un fath.**

## **Beth os nad wyf wedi cael fy mrechiad HPV cyntaf erbyn bod yn 15 oed?**

Os nad ydych wedi cael unrhyw frechiad HPV cyn bod yn 15 oed, bydd rhaid i chi gael tri dos. Y rheswm am hyn yw am nad yw'r ymateb i ddau ddos mewn merched a bechgyn hŷn cystal.

Bydd yr ail ddos yn cael ei roi tua mis ar ôl y dos cyntaf, a bydd dos terfynol yn cael ei roi tua chwe mis ar ôl y dos cyntaf.

## **Fe wnes i fethu fy mrechiad. Ydw i'n gallu ei gael nawr?**

Ydych. Os ydych chi yn y grwpiau cymwys ac wedi methu unrhyw rai o'ch brechiadau HPV yn yr ysgol, gallwch eu cael yr un fath hyd at eich pen blwydd yn 25 oed. Cysylltwch â'ch nyrs ysgol neu'r tîm imiwneiddio, neu eich meddygfa.



## Sgil-efeithiau'r brechiad HPV

Ychydig iawn o sgil-efeithiau a geir fel rheol.

- Mae ychydig o boen, chwydd a chochni yn y fraich yn gyffredin ond maen nhw'n mynd mewn diwrnod neu ddau
- Mae sgil-efeithiau difrifol yn eithriadol brin

Fel gyda phob brechiad, mae adroddiadau am sgil-efeithiau'n cael eu monitro a'u hadolygu'n fanwl. Mae adolygiadau helaeth o ddiogelwch y brechiad HPV wedi canfod nad yw'r dystiolaeth yn cefnogi cyswllt rhwng y brechiad a nifer o anhwylderau difrifol a chronig.

---

Mae posib darllen adolygiad o ddiogelwch y brechiadau HPV yn: [www.who.int/vaccine\\_safety/committee/topics/hpv/June\\_2017/en](http://www.who.int/vaccine_safety/committee/topics/hpv/June_2017/en)

Gallwch roi gwybod am amheuaeth o sgil-efeithiau brechiadau a meddyginiaethau drwy'r cynllun Yellow Card ar-lein yn: [www.yellowcard.mhra.gov.uk](http://www.yellowcard.mhra.gov.uk) neu drwy ddefnyddio'r llinell gymorth ar **0800 731 6789** (Llun - Gwener, 10am - 2pm).

## Beth sydd raid i mi ei wneud?

Os cewch ffurflen ganiatâd o'r ysgol, cofiwch eich bod chi a'ch rhiant neu eich gwarcheidwad yn darllen yr wybodaeth ac yn dychwelyd y ffurflen wedi'i llenwi i'r ysgol cyn gynted â phosib.

Mae'n well cynnwys eich rhiant neu eich gwarcheidwad, ond, o dan rai amgylchiadau, gallwch roi eich caniatâd eich hun os ydych yn deall yn llawn beth sy'n cael ei gynnig.

Mae posib cael gwybodaeth am ganiatâd mewn gofal iechyd ar gyfer pobl ifanc yn: [www.wales.nhs.uk/governance-emanual/cydsyniad-cleifion](http://www.wales.nhs.uk/governance-emanual/cydsyniad-cleifion)

## Beth ddylwn i ei wneud os ydw i'n teimlo'n sâl ar ôl y brechiad?

Os ydych chi'n teimlo'n sâl gyda thymheredd uchel ar ôl y brechiad, ac angen cymryd rhywbeth, gallwch gymryd paracetamol neu ibuprofen. Darllenwch y cyfarwyddiadau'n ofalus a gwnewch yn siŵr eich bod yn cymryd y dos cywir.

Os oes angen, cymerwch ail ddos yn nes ymlaen. Os yw eich tymheredd yn uchel o hyd ar ôl yr ail ddos, cysylltwch â Galw Iechyd Cymru ar **0845 46 47** (neu ffoniwch 111 os yw'r gwasanaeth hwn ar gael yn eich ardal chi) am ragor o gyngor.

**Peidiwch â chymryd moddion sy'n cynnwys aspirin os ydych chi'n iau nag 16 oed.**



## Bydd raid i ferched sydd wedi cael y brechiad fynd am archwiliad ceg y groth yr un fath

Mae pob menyw 25 oed a hŷn yng Nghymru'n cael cynnig profion archwiliad ceg y groth.

Bydd y brechiad yn atal tua 7 allan o bob 10 o achosion o ganser ceg y groth ond gall sgrinio ddod o hyd i haint HPV arall. Drwy ganfod haint neu newid mewn celloedd yn gynnar, gall sgrinio atal canser ceg y groth rhag datblygu.

---

Am fwy o wybodaeth, ewch i: [www.cervicalscreeningwales.wales.nhs.uk/hafan](http://www.cervicalscreeningwales.wales.nhs.uk/hafan)

## Beth am y canserau eraill?

Ar hyn o bryd nid oes unrhyw raglenni sgrinio ar gyfer canserau eraill cysylltiedig â HPV. Os ydych chi'n bryderus am unrhyw symptomau, siaradwch gyda'ch meddygfa.

## Cofiwch:

- ✓ **ewch i gael eich brechiad HPV nawr;**
- ✓ **ewch i gael yr ail ddos chwe mis yn ddiweddarach o leiaf;**
- ✓ **gwarchodwch eich hun rhag canserau sy'n cael eu hachosi gan HPV.**

**Ymhen amser, mae disgwyl y bydd y brechiad yn achub cannoedd o fywydau bob blwyddyn yn y DU.**



# Am fwy o wybodaeth

Gallwch siarad â'ch nyrs ysgol neu'r tîm imiwneiddio, neu ffonio Galw Iechyd Cymru ar **0845 46 47** (neu ffonio 111 os yw'r gwasanaeth hwn ar gael yn eich ardal chi) neu fynd i: [www.nhsdirect.wales.nhs.uk/doityourself/vaccinations/HPVvaccine](http://www.nhsdirect.wales.nhs.uk/doityourself/vaccinations/HPVvaccine)

**Mae mwy o wybodaeth am sgil-ffeithiau posib a chynnwys y brechiad ar gael yn y canlynol:**

Taflen Wybodaeth i Gleifion (PIL) [www.medicines.org.uk/emc/medicine/19033](http://www.medicines.org.uk/emc/medicine/19033)

Y Crynodeb o Nodweddion Cynhyrchion (SmPC) [www.medicines.org.uk/emc/medicine/19016/SPC/gardasil](http://www.medicines.org.uk/emc/medicine/19016/SPC/gardasil)

Mae'r amserlen frechu reolaidd sy'n dangos pa frechiadau sy'n cael eu cynnig yng Nghymru ar gael o: [www.nhsdirect.wales.nhs.uk/livewell/vaccinations/Leaflets](http://www.nhsdirect.wales.nhs.uk/livewell/vaccinations/Leaflets)



I archebu mwy o gopiâu o'r daflen hon, ewch i:  
**[www.icc.gig.cymru/gwasanaethau-a-thimau/  
adnoddau-gwybodaeth-iechyd/](http://www.icc.gig.cymru/gwasanaethau-a-thimau/adnoddau-gwybodaeth-iechyd/)**

I gael gwybod sut mae'r GIG yn defnyddio eich  
gwybodaeth, ewch i:  
**[www.nhsdirect.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/  
yourinfoyourrights](http://www.nhsdirect.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights)**

Cyhoeddwyd Awst 2019  
© 2019 Ymddiriedolaeth y GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru  
ISBN 978-1-78986-096-2