Her Iechyd Cymru Health Challenge Wales

Y FRECH GOCH: Y FFEITHIAU

Llywodraeth Cynulliad Cymru
Welsh Assembly Government

1 Mae'r frech goch yn un o'r clefydau mwyaf heintus y gwyddom amdano.

2 Gellir ei ddal drwy'r aer - ar ddafnau bach o wlybaniaeth sy'n cael eu bwrw allan pan fydd rhywun yn pesychu neu'n tisian a rhywun arall yn anadlu'r rhain i mewn.

3 Os na fydd eich plentyn wedi'i amddiffyn, mae'n bosibl y bydd ef neu hi'n dal y frech goch os bydd yn dod i gysylltiad â phlentyn heintus.

4 Bydd bron pawb sy'n dal y frech goch yn cael twymyn uchel, brech ac yn teimlo'n sâl.

5 Ni fydd plentyn â feirws y frech goch yn dangos unrhyw symptomau am tua'r 10 - 12 diwrnod cyntaf – y cyfnod deori. Twymyn yw'r symptom cyntaf fel arfer ac mae'n parhau rhwng un a saith diwrnod.

6 Gall y frech ymddangos mor gynnar â saith diwrnod ar ôl yr heintiad a hyd at 18 diwrnod wedyn, ond fel arfer mae'n ymddangos tua 14 diwrnod wedyn. Mae'n parhau am bum i chwe diwrnod ond yna'n diflannu.

7 Ar ôl dal yr haint, bydd person yn parhau'n heintus o'r adeg pan fydd y symptomau cyntaf yn ymddangos hyd at dri i bedwar diwrnod ar ôl i'r frech ymddangos.

8 Mae'n ofynnol i blant gyda'r frech goch dreulio tua phum diwrnod yn y gwely ac efallai y byddan nhw i ffwrdd o'r ysgol am ddeg diwrnod.

9 Mae oedolion yn fwy tebygol o ddioddef cymhlethdodau a bod yn sâl yn hirach na phlant.

10 Mae cymhlethdodau'r frech goch yn cynnwys heintiau'r frest, ffitiau, chwydd ar yr ymennydd a niwed i'r ymennydd.

11 Gall y frech goch ladd.

12 Gellir atal y frech gock drwy gael pigiad â,r brechlyn MMR, yn ddelfrydol yn 12-13 mis oed, gydag ail ddos pan fydd y plentyn tua tair blwydd a phedwar mis oed.

13 Dylai plentyn gael y pigiad MMR hyd yn oed os yw wedi cael y frech goch, er mwyn ei amddiffyn rhag clwy'r pennau a rwbela.

14 Mae mwy na 500 miliwn dos wedi'u rhoi mewn dros 100 o wledydd ar draws y byd.

15 Mae'r brechlyn MMR mor ddiogel ag unrhyw frechlyn arall, ac nid yw byth yn rhy hwyr i frechu eich plentyn.

NHS WALES GIG CYMRU

Y FRECH GOCH

E1450910
© Halwfraint y Goron Gorffennaf 2009

Her Iechyd Cymru
Health Challenge Wales

MEASLES: THE FACTS

Llywodraeth Cynulliad Cymru
Welsh Assembly Government

1. Measles is one of the most infectious diseases known.
2. It is spread through the air – on tiny droplets of moisture that are expelled when someone coughs or sneezes and these droplets are breathed in by someone else.
3. If your child is unprotected, the chances are he or she will catch measles if they come into contact with an infectious child.
4. Nearly everyone who catches measles will have a high fever, a rash and be unwell.
5. A child infected with measles virus will not usually show any symptoms for about the first 10 to 12 days – the incubation period. The first symptom is usually a fever that lasts between one and seven days.
6. The rash can appear as early as seven days after infection and up to 18 days after infection, but usually it appears around 14 days after. It lasts for five or six days and then fades.
7. An infected person remains contagious from the appearance of the first symptoms to about three or four days after the rash appears.
8. Children with measles have to spend about five days in bed and may be off school for ten days.
9. Adults are likely to suffer more complications and be ill for longer than children.
10. The complications of measles include chest infections, fits, swelling of the brain and brain damage.
11. Measles can kill.
12. Measles can be prevented by MMR vaccination, ideally at 12-13 months of age, with a second dose at about three years and four months.
13. Children who have had measles should still have MMR to protect them against mumps and rubella.
14. More than 500 million doses have been given in over 100 countries worldwide.
15. The MMR vaccine is as safe as any other vaccine and it's never too late to get your child vaccinated.

NHS WALES
GIG CYMRU

MEASLES

E1450910
© Crown copyright July 2009