



# Mae Brechu yn achub bywydau Vaccination saves lives

## Pregnant?

### Protect yourself and your baby from flu.

Pregnancy puts extra stress on your body, which can increase your risk of becoming **very ill** with viruses such as flu.

**As you are pregnant you should have a flu vaccine.**

Between 2009 and 2012, **36 pregnant women died from flu** in the UK.

If you catch flu whilst you are pregnant your baby is more likely to be born **early** or have a **low birth weight**. Flu could even lead to your baby being stillborn or dying in the first week of life.

Flu can be very serious for babies. When you have a flu vaccine whilst pregnant, it also helps **protect your baby** for up to six months after birth.

Flu vaccines are

- ✓ **free** for pregnant women
- ✓ **safe** during all stages of pregnancy
- ✓ **available** from the end of September

You can have your flu vaccine at the same time as the whooping cough vaccine.

**A flu vaccine could save your life and your baby's life.**

**For the latest advice on COVID-19 vaccines and co-administration please visit:**

[phw.nhs.wales/covidvaccine](http://phw.nhs.wales/covidvaccine)

**You can find more information at**

[phw.nhs.wales/flu vaccine](http://phw.nhs.wales/flu vaccine)



**Talk to your midwife or GP surgery about getting your flu vaccine as well as your COVID-19 and whooping cough vaccines if you haven't had them yet.**



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Iechyd Cyhoeddus  
Cymru  
Public Health  
Wales



ISBN: 978-1-78986-154-480

© 2021 Iechyd Cyhoeddus Cymru / © 2021 Public Health Wales



# Mae Brechu yn achub bywydau Vaccination saves lives

## Yn feichiog?

### Amddiffyn eich hun a'ch babi rhag y fflw.

Mae bechiogrwydd yn rhoi straen ychwanegol ar eich corff, a all gynyddu eich risg o fynd yn **sâl iawn** gyda feirysau fel y **ffliw**.

#### **Gan eich bod yn feichiog dylech gael brechlyn fflw.**

Rhwng 2009 a 2012, **bu farw 36 o fenywod beichiog o'r fflw** yn y DU.

Os byddwch yn dal y fflw tra byddwch yn feichiog mae eich babi yn fwy tebygol o gael ei eni'n **gynnar** neu fod â **phwysau geni isel**. Gallai'r fflw hyd yn oed arwain at eich babi'n cael ei eni'n farwanedig neu'n marw yn ystod wythnos gyntaf ei fywyd.

Gall y fflw fod yn ddifrifol iawn i fabanod. Pan fyddwch yn cael brechlyn fflw tra byddwch yn feichiog, mae hefyd yn helpu i **amddiffyn eich babi** am hyd at chwe mis ar ôl ei eni.

Mae brechlynnau fflw

- ✓ **am ddim** i fenywod beichiog
- ✓ yn **ddiogel** yn ystod pob cam o feichiogrwydd
- ✓ **ar gael** o ddiwedd mis Medi

Gallwch gael eich brechlyn fflw ar yr un pryd â brechlyn y pas.

**Gallai brechlyn fflw achub eich bywyd chi a bywyd eich babi.**

**I gael y cyngor diweddaraf ar frechlynnau COVID-19 a'u rhoi gyda brechlynnau eraill ewch i:**  
[icc.gig.cymru/brechlynnau](http://icc.gig.cymru/brechlynnau)

**Gallwch gael rhagor o wybodaeth yn**  
[icc.gig.cymru/brechlynffliw](http://icc.gig.cymru/brechlynffliw)



**Siaradwch â'ch bydwraig neu'ch meddygfa am gael eich brechlyn fflw yn ogystal â'ch brechlynnau COVID-19 a'r pas os nad ydych wedi'u cael eto.**



Iechyd Cyhoeddus  
Cymru  
Public Health  
Wales



ISBN: 978-1-78986-154-480

© 2021 Iechyd Cyhoeddus Cymru / © 2021 Public Health Wales