Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

Beth i'w ddisgwyl ar ôl brechiadau

Sganiwch fi i gael rhagor o wybodaeth am frechiadau i fabanod a brechiadau cyn-ysgol

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

IMM112

Mae'r daflen yma'n dweud wrthych chi am sgil-effeithiau cyffredin brechiadau a all ddigwydd mewn babanod a phlant ifanc hyd at bum mlwydd oed. Defnyddiwch yr wybodaeth yma fel canllaw yn unig. Dylech bob amser gael cyngor gan feddyg, ymwelydd iechyd neu nyrs os ydych yn poeni, neu cysylltwch â GIG 111 Cymru drwy ffonio 111.

Mae taflenni gyda mwy o wybodaeth am frechiadau ar gael yn icc.gig.cymru/taflenni-brechlynnau

Amddiffyn iechyd eich plentyn

Brechu yw un o'r ffyrdd gorau o amddiffyn eich plentyn ac eraill rhag salwch difrifol.

Beth i'w ddisgwyl ar ôl brechiadau a roddir drwy bigiad

Ar ôl brechiad, efallai y bydd eich plentyn yn crïo am ychydig, ond bydd yn setlo'n gyflym ar ôl mwythau neu fwyd. Nid yw'r rhan fwyaf o fabanod yn cael unrhyw sgil-effeithiau.

Mae'r sgil-effeithiau mwyaf cyffredin i'w gweld ble mae'r pigiad yn cael ei roi. Mae'r rhain yn cynnwys y canlynol:

- chwydd;
- cochni; a
- lwmp bach caled.

Bydd y sgil-effeithiau hyn fel arfer yn para diwrnod neu ddau ac nid oes angen i chi wneud dim amdanynt.

Ar ôl brechiad, efallai y bydd plant ifanc yn anesmwyth am ddiwrnod neu ddau neu'n cael tymheredd uchel. Hefyd efallai y bydd plant hŷn yn cael tymheredd uchel, blinder, poenau yn y cyhyrau, cur pen a diffyg archwaeth bwyd am ddiwrnod neu ddau.

Sut i drin tymheredd uchel

Twymyn yw tymheredd y corff dros 38 C. Mae twymyn yn eithaf cyffredin mewn plant ifanc ond fel arfer mae’n ysgafn. Efallai bod gan eich plentyn dwymyn os yw ei wyneb yn teimlo’n boeth i’w gyffwrdd ac yn edrych yn goch neu’n wridog. Gallwch wirio ei dymheredd gyda thermomedr.

Gallwch roi paracetamol i’ch plentyn os oes ganddo dwymyn ysgafn ac os yw’n teimlo’n sâl ar ôl iddo gael ei frechiad.

- Darllenwch y cyfarwyddiadau ar y botel neu’r pecyn yn ofalus.
- Rhowch y dos cywir ar gyfer oedran eich plentyn.

Nid ydym yn argymell cymryd y feddyginiaeth hon cyn cael brechiad er mwyn atal twymyn.

Ceisiwch gymorth meddygol ar unwaith os yw eich plentyn yn cael ffit (trawiad), neu os yw’n sâl ac yn gwaethygu.

Os yw eich practis meddygon teulu ar gau ac na allwch gysylltu â’ch meddyg, gwrandewch ar eich greddf ac ewch i’ch adran argyfwng agosaf.

! Cofiwch: peidiwch byth â rhoi meddyginiaeth sy’n cynnwys aspirin i blant o dan 16 oed.

Cadwch wres eich plentyn i lawr drwy…

Sicrhau nad oes gormod o haenau o ddillad neu flancedi arno

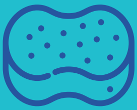
✓

Rhoi digon o ddiodydd oer iddo (os ydych chi'n bwydo ar y fron, efallai y bydd eich plentyn yn bwydo'n amlach)

✓

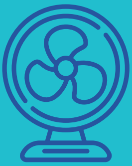
Peidio â'i roi yn y bath

✗



Peidio â'i olchi gyda sbwng

✗



Peidio â phwyntio ffan atynt

✗

Ar ôl brechiad MenB (meningitis B)

Gall twymyn ddigwydd ar ôl unrhyw frechiad, ond mae'n gyffredin iawn pan roddir y brechlyn MenB gyda'r brechlynnau rheolaidd eraill sy'n cael eu rhoi pan fydd babanod yn 8 ac yn 12 wythnos oed. Dyna pam yr argymhellir bod eich babi yn cael paracetamol babanod i atal a thrin twymyn.

Fel arfer, ni fydd eich baban angen paracetamol ar ôl cael y brechlyn MenB a roddir i fabanod 12 mis oed. Erbyn yr oedran hwn mae risg eich baban o gael twymyn yr un fath ag ar ôl cael brechlynnau eraill.

Dylai eich babi gael cyfanswm o dri dos o baracetamol babanod wrth gael ei ddau frechiad MenB cyntaf.

Dylech wahanu'r dosys fel a ganlyn:

Oedran y babi: 8 a 12 wythnos

Dos 1	Dos 2	Dos 3
Paracetamol	**Paracetamol**	**Paracetamol**
Un dos 2.5 ml (60 mg) i'w roi yn syth ar ôl y brechiad (gweler y nodyn isod)	Un dos 2.5 ml (60 mg) i'w roi 4 i 6 awr ar ôl dos 1	Un dos 2.5 ml (60 mg) i'w roi 4 i 6 awr ar ôl dos 2

Sylwer

Ar gyfer babanod buan iawn (wedi'u geni cyn 32 wythnos) neu fabanod bach iawn (sy'n pwyso llai na 3 kg), dylai eich meddyg teulu bresgripsiynu paracetamol yn ôl pwysau'r babi pan fo'n cael y brechiad. Dylech holi eich meddyg teulu a dilyn y cyfarwyddiadau ar y presgripsiwn.

Dylech fesur y dos 2.5ml/60mg a'i roi naill ai gan ddefnyddio chwistrell neu gyda llwy 2.5ml.

Dim ond os yw eich babi wedi cael y brechiad MenB gyda'r brechiadau arferol eraill yn 8 a 12 wythnos oed mae'r cyngor yma ar ddefnyddio paracetamol yn berthnasol. Os oes gan eich babi dymheredd uchel ar unrhyw adeg arall dylech ddilyn y cyfarwyddiadau a'r cyngor ar ddos ar becyn y cynnyrch neu'r daflen i'r claf.

Mae tymheredd uchel yn llawer llai cyffredin pan fo'r dos atgyfnerthu MenB yn cael ei roi i fabanod 12 mis oed, felly ni fydd eich babi angen paracetamol bryd hynny. Ond os bydd eich babi'n datblygu tymheredd uchel neu os yw'n anniddig neu'n sâl, gallwch roi'r dos cywir iddo o baracetamol babanod os ydych eisiau.

! Os nad oes gennych chi unrhyw hylif paracetamol i fabanod gartref dylech gael e mewn pryd ar gyfer brechiad cyntaf eich babi. Mae ar gael o fferyllfeydd ac archfarchnadoedd.

Ar ôl cael y brechlyn rotafeirws trwy'r geg

Gall babanod sydd wedi cael y brechiad rotafeirws fod yn anghysurus (fel gyda'r rhan fwyaf o frechiadau eraill) ond gall rhai gael dolur rhydd ysgafn. Mewn achosion prin iawn (tua 2 o bob 100,000 o fabanod), gall y brechiad effeithio ar berfedd isaf y babi. Gall ddatblygu poen bol, taflu i fyny ac weithiau pasio rhywbeth sy'n edrych fel jeli coch yn ei glwt, o fewn saith diwrnod i'r brechiad fel arfer.

! Os bydd hyn yn digwydd neu os ydych yn poeni am eich plentyn, siaradwch â'ch meddyg teulu ar unwaith, cysylltwch â GIG 111 Cymru drwy ffonio 111, neu ewch i adran achosion brys eich ysbyty agosaf.

Ar ôl cael brechlyn sy'n cynnwys MMR

- **Mae'r brechlyn MMRV yn helpu i amddiffyn rhag y frech goch, clwy'r pennau, rwbela a brech yr ieir.**
- **Mae'r brechlyn MMR yn helpu i amddiffyn rhag y frech goch, clwy'r pennau a rwbela.**

Ym mis Ionawr 2026, disodlodd y brechlyn MMRV y brechlyn MMR yn yr amserlen imiwneiddio reolaidd i blant yng Nghymru. Mae'r brechlyn MMR yn dal i fod ar gael i rai pobl y mae ei angen arnynt. Mae hyn yn cynnwys plant hŷn ac oedolion nad ydynt wedi cael dau ddos ac nad ydynt yn gymwys i gael y brechlyn MMRV. Gallwch ddod o hyd i ragor o wybodaeth am y brechlynnau MMRV ac MMR, yn cynnwys sgil-effeithiau, yn **icc.gig.cymru/MMRV-MMR**

Mae sgil-effeithiau cyffredin yn cynnwys brech, tymer flin a thwymyn. Edrychwch ar yr adran **'Sut mae trin twymyn'** i gael gwybodaeth am sut mae trin symptomau twymyn.

Mae'r brechlyn MMR yn cynnwys mathau gwanedig o feirysau'r frech goch, clwy'r pennau a rwbela. Mae'r brechlyn MMRV yn debyg, ond mae hefyd yn cynnwys math gwanedig o feirws brech yr ieir. Gall y mathau gwanedig o feirysau yn y brechlynnau sy'n cynnwys MMR weithio ar adegau gwahanol. Mae sgil-effeithiau fel twymyn a brech yn fwy cyffredin ar ôl y **dos cyntaf**. Gall y rhain ddigwydd:

- Tua 6 – 11 diwrnod ar ôl y brechlyn (o ganlyniad i'r rhan sy'n cynnwys y frech goch)
- Tua 2 – 3 wythnos ar ôl y brechlyn (o ganlyniad i'r rhan sy'n cynnwys clwy'r pennau a rwbela)
- Tua 3 – 4 wythnos ar ôl y brechlyn (o ganlyniad i'r rhan sy'n cynnwys brech yr ieir)

Gall brech yr ieir fach ymddangos yn agos at y man lle rhoddir y pigiad ar ôl y brechlyn MMRV. Gall plant fynd i'r ysgol neu i leoliad gofal plant o hyd ond, er mwyn bod yn ddiogel, dylid gorchuddio unrhyw smotiau.

Ar ôl cael y brechlyn ffliw chwistrell trwyn

Mân a byrhoedlog yw'r sgil-effeithiau cysylltiedig â'r brechiad ffliw drwy chwistrell trwyn fel rheol. Bydd rhai plant yn cael trwyn yn rhedeg neu wedi'i flocio am ychydig ddyddiau. Ymhlith y sgil-effeithiau eraill llai cyffredin mae tymheredd ysgafn, teimlo'n sâl, diffyg archwaeth bwyd a chur pen/pen tost.

Adweithiau alergaidd anghyffredin iawn

Yn anaml iawn, gall pobl gael adwaith difrifol yn fuan ar ôl cael brechiad, sy'n achosi anawsterau anadlu a gall beri iddynt lewygu. Gelwir hyn yn adwaith anaffylactig. Gall ddigwydd hefyd gyda meddyginiaethau eraill a bwyd. Mae'r adweithiau hyn yn hynod o anghyffredin, ac yn effeithio ar lai nag un mewn miliwn o bobl. Mae staff sy'n rhoi brechiadau wedi'u hyfforddi i reoli'r adweithiau hyn.

Gall pobl sy'n cael adwaith anaffylactig gael eu trin yn llwyddiannus ac fel arfer maent yn gwella o fewn ychydig oriau.

Diogelwch brechlynnau

Cyn cyflwyno brechlynnau, rhaid eu trwyddedu gan yr Asiantaeth Rheoleiddio cynhyrchion Meddyginiaethau a Gofal Iechyd sy'n asesu eu diogelwch a'u heffeithlonrwydd.

Brechu yw un o'r ffyrdd mwyaf effeithiol o atal salwch rhag clefydau a all fod yn niweidiol. Nid yw'r un brechlyn 100% yn effeithiol, felly mae'n dal yn bwysig bod yn ymwybodol o arwyddion a symptomau'r afiechyd, hyd yn oed os yw eich plentyn wedi cael ei frechu. Mae rhagor o wybodaeth am frechlynnau a'r clefydau y maent yn helpu i amddiffyn yn eu herbyn ar gael o **icc.gig.cymru/brechlynnau**

Ar ôl cyflwyno'r brechiadau i'r rhaglen, mae eu diogelwch yn parhau i gael ei fonitro'n gyson er mwyn sylwi'n gyflym ar unrhyw sgil-effeithiau newydd ac ymchwilio iddynt.

Os hoffech chi gael rhagor o wybodaeth am ddiogelwch brechiadau, ewch i **www.mhra.gov.uk** (safle allanol, Saesneg yn unig). Gall aelodau'r cyhoedd roi gwybod am sgil-effeithiau a amheuir ar ôl cael brechiadau a meddyginiaethau gan ddefnyddio'r cynllun Cerdyn Melyn. Gallwch wneud hyn yn **www.mhra.gov.uk/yellowcard** (safle allanol, Saesneg yn unig) neu drwy ffonio llinell gymorth y Cerdyn Melyn ar **0800 731 6789** (ar gael o ddydd Llun i ddydd Gwener, 9yb i 5yh).

Os oes gennych gwestiynau o hyd am sgil-effeithiau yn dilyn brechu ar ôl darllen y daflen hon, siaradwch â'ch nyrs practis, ymwelydd iechyd neu feddyg.

Os yw eich plentyn yn sâl ac yn gwaethygu, **gwrandewch ar eich greddf** – mynnwch gymorth meddygol ar unwaith.

Mae'r wybodaeth yn y daflen hon yn gywir ar adeg ei chyhoeddi. I gael yr wybodaeth ddiweddaraf, ewch i **icc.gig.cymru/brechlynnau**

Rhagor o wybodaeth

Os oes gennych gwestiynau neu os hoffech gael rhagor o wybodaeth, gallwch fynd i **111.wales.nhs.uk** (safle allanol), siaradwch â'ch meddyg neu nyrs, neu gysylltu â GIG 111 Cymru drwy ffonio **111**.

Gallwch gael rhagor o wybodaeth am frechlynnau a gynigir yng Nghymru o **icc.gig.cymru/brechlynnau**

I gael rhagor o wybodaeth am y brechlynnau, eu cynnwys a sgil-effeithiau posibl, ewch i **medicines.org.uk/emc** (safle allanol, Saesneg yn unig). Rhowch enw pob brechlyn yn y blwch chwilio. Gallwch hefyd weld y daflen i gleifion ar-lein.

Dylech roi gwybod am sgil-effeithiau a amheuir ar-lein yn **www.mhra.gov.uk/yellowcard** (safle allanol, Saesneg yn unig), drwy lawrlwytho ap y Cerdyn Melyn, neu drwy ffonio **0800 731 6789** (Dydd Llun i Ddydd Gwener, 9yb i 5yh).

I gael gwybod sut mae'r GIG yn defnyddio'ch gwybodaeth, ewch i **111.wales.nhs.uk/amdanomni/eichgwybodaeth** (safle allanol)

Sganiwch fi i fynd i wefan Iechyd Cyhoeddus Cymru

Fersiwn 4 | Rhagfyr 2025
Iechyd Cyhoeddus Cymru yw asiantaeth iechyd y cyhoedd cenedlaethol Cymru.
Rydym yn gweithio i amddiffyn a gwella iechyd a llesiant a lleihau anghydraddoldebau iechyd ar gyfer pobl Cymru.
© Ymddiriedolaeth y GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru
ISBN 978-1-83766-751-2