Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru | Public Health Wales

Brechlyn i'ch amddiffyn chi rhag y frech goch, clwy'r pennau, rwbela a brech yr ieir

Gwybodaeth am y frech goch, clwy’r pennau, rwbela a brech yr ieir

Mae’r clefydau hyn yn gallu gwneud i chi deimlo'n sâl iawn.

Mae rhai ohonyn nhw yn gallu achosi smotiau neu frech.

Mae'r afiechydon hyn yn lledaenu'n hawdd i bobl eraill.

Mae pesychu neu disian yn gallu eu lledaenu.

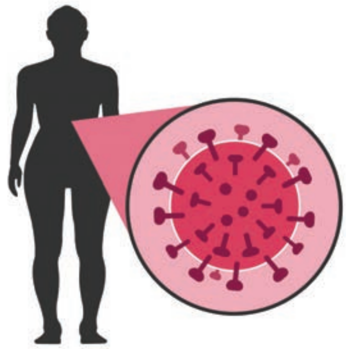
Dydy'r rhan fwyaf o bobl sy'n eu dal ddim yn mynd yn sâl iawn.

Ond i rai pobl, maen nhw’n gallu achosi problemau iechyd difrifol.

Mae'n bwysig iawn ceisio amddiffyn pobl rhag y frech goch, clwy'r pennau, rwbela a brech yr ieir.

Mae brechlyn ar gael sy'n gallu helpu.

Gwybodaeth am frechlynnau



Mae **brechlyn** yn feddyginiaeth sy'n helpu i'ch cadw chi'n ddiogel rhag dal salwch.

Mae brechlynnau fel arfer yn cael eu rhoi trwy bigiad yn rhan uchaf eich braich.

Mae babis a phlant ifanc yn cael y pigiad yn rhan uchaf eu coes.

Mae brechlynnau yn ddiogel iawn.

Dydyn nhw ddim yn rhoi salwch i chi.

Rydych chi’n gallu dal y clefyd o hyd. Ond mae brechlynnau yn gallu helpu i'ch gwneud yn llai sâl.

Mae 2 fath o frechlyn

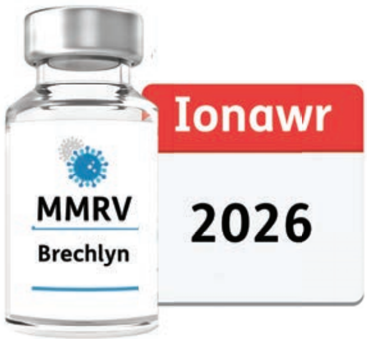
Mae brechlyn newydd o'r enw **brechlyn MMRV.**

Mae'n eich amddiffyn chi rhag y frech goch, clwy'r pennau, rwbela a brech yr ieir.

Mae hen frechlyn hefyd o'r enw **brechlyn MMR.**

Mae hwn yn eich amddiffyn rhag y frech goch, clwy'r pennau a rwbela.

Gwybodaeth am y brechlyn MMRV newydd



Bydd y brechlyn hwn yn cael ei gynnig i fabis o fis Ionawr 2026.

Mae babis yn gallu cael y pigiad cyntaf pan fyddan nhw yn 12 mis oed.

Yna, maen nhw yn gallu cael yr ail bigiad pan fyddan nhw yn 18 mis oed.

Mae rhai plant hŷn yn gallu cael y brechlyn MMRV newydd hefyd.

Bydd eich meddyg neu nyrs yn dweud wrthoch chi pa frechlyn y dylai eich plentyn ei gael.

Gwybodaeth am yr hen frechlyn MMR

Mae'r brechlyn hwn ar gyfer:

- Plant hŷn.

- Pobl sydd wedi cael un pigiad o'r hen frechlyn MMR yn barod.

- Pobl nad ydynt yn gallu cael y brechlyn MMRV newydd.

Os nad ydych chi'n siŵr pa frechlyn i'w gael, siaradwch â'ch meddyg.

Cael brechlyn MMR neu MMRV

Mae angen i chi gael dau bigiad er mwyn i'r brechlyn weithio'n iawn.

Dydych chi ddim yn cael y ddau bigiad ar yr un pryd.

Rydych chi'n cael eich pigiad cyntaf.

Yna, bydd y meddyg neu'r nyrs yn dweud wrthoch chi pryd y bydd angen i chi gael yr ail un.

Sut i gael y brechlyn

Pan fydd hi'n amser i'ch babi gael y brechlyn, byddwch yn cael llythyr.

Mae eich babi yn gallu ei gael fel arfer yn eich meddygfa leol.

Dylai eich babi gael y brechlyn cyn gynted â phosib ar ôl cael cynnig.

Os na fyddwch yn cael llythyr ar gyfer eich babi, cysylltwch â'ch meddyg.

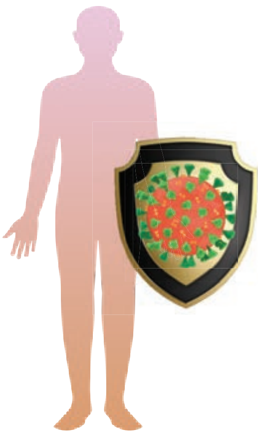
Os yw'r brechlyn ar eich cyfer chi neu blentyn hŷn, fyddwch chi ddim yn cael llythyr.

Mae eich meddyg yn gallu dweud wrthoch chi a ddylech chi gael y brechlyn.

Pwy ddylai ddim cael y brechlyn

Ddylech chi na'ch plentyn ddim cael y brechlyn os:

- Ydych chi yn feichiog.



- Oes gennych chi **system imiwnedd** nad yw'n gweithio'n dda iawn.

  Eich **system imiwnedd** yw'r rhan o'ch corff sy'n helpu i'ch amddiffyn chi rhag heintiau.

- Oes gyda chi salwch gyda **thymheredd uchel**.

  Tymheredd uchel yw tymheredd sy'n uwch na 38 gradd ar thermomedr.

Beth i'w wneud os ydych chi neu'ch plentyn yn sâl pan mae'n amser cael y brechlyn

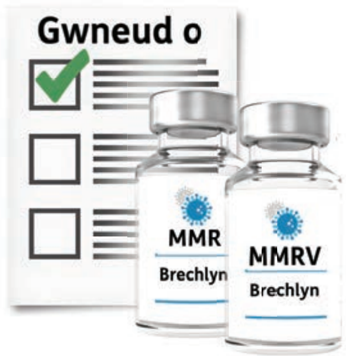
Os ydych chi neu eich plentyn yn sâl, mae'n well aros nes i chi deimlo'n well.

Dylech chi ganslo eich apwyntiad a threfnu apwyntiad newydd.

Ond dylech chi geisio cael y brechlyn cyn gynted â phosibl.

Os oes gennych chi neu eich plentyn alergeddau

Mae'r rhan fwyaf o bobl sydd ag alergedd i rywbeth yn gallu cael y brechlyn heb broblem.



Ddylech chi na'ch plentyn ddim cael y brechlyn os:

- Oes alergedd gyda chi i rywbeth sydd yn y brechlyn ac mae'n achosi i chi gael **adwaith difrifol**

  neu

- Rydych chi wedi cael **adwaith difrifol** i'r brechlyn MMRV o'r blaen.

Mae **adwaith difrifol** yn golygu:

- Eich bod chi'n cael trafferth anadlu.

- Eich bod chi'n teimlo'n ddryslyd, yn llewygu a dydy hi ddim yn bosib eich deffro chi.

- Bod eich wyneb, gwddf neu dafod yn dechrau chwyddo.

Dywedwch wrth y meddyg neu'r nyrs os ydych chi neu'ch plentyn wedi cael adwaith difrifol i'r brechlyn o'r blaen.

Gelatin yn y brechlyn

Mae **gelatin** yn fath o fwyd.
Mae'n cael ei wneud o rannau o anifeiliaid fel moch.

Mae rhai pobl yn dewis peidio â chael porc na gelatin.

Mae ychydig o gelatin yn un o'r brechlynnau MMRV rydyn ni'n eu defnyddio.

Ac mae un o'r hen frechlynnau MMR yn ei gynnwys hefyd.

Os nad ydych chi neu eich plentyn yn bwyta bwydydd sy'n cynnwys gelatin, siaradwch â'ch meddyg.

Maen nhw yn gallu rhoi brechlyn i chi sydd ddim yn ei gynnwys.

Sgil-effeithiau

Mae **sgil-effeithiau** yn bethau a allai ddigwydd i chi neu i'ch plentyn ar ôl i chi gael y brechlyn.

Dydy pawb ddim yn cael sgil-effeithiau.

Mae'r rhan fwyaf o sgil-effeithiau yn digwydd ar ôl y pigiad cyntaf.

Ond efallai na fyddan nhw'n digwydd ar yr un pryd.

Mae eich braich chi neu fraich eich plentyn yn gallu bod yn boenus.

Mae'n gallu teimlo'n boeth ac mae lwmp bach lle rhoddwyd y pigiad.

Mae babis a phlant ifanc yn gallu bod yn ofidus neu'n crio llawer hefyd.

Ar ôl 6 i 11 diwrnod, efallai y bydd gennych chi neu eich plentyn

- Brech.

- Tymheredd uchel sy’n uwch na 38 gradd ar thermomedr.

Efallai y byddwch hefyd yn cael rhai sgil-effeithiau 2 i 4 wythnos ar ôl i'r pigiad gael ei roi.

Dylai sgil-effeithiau bara am 1 i 3 diwrnod yn unig.

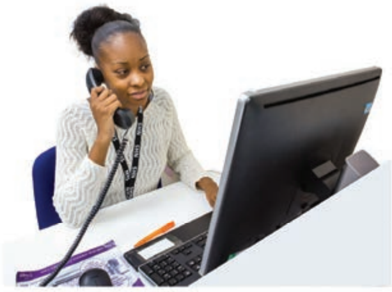
Rydych chi neu eich plentyn yn gallu cymryd paracetamol i helpu gyda sgil-effeithiau.

Cofiwch ddarllen y cyfarwyddiadau ar y pecyn.

Ddylai plant dan 16 oed ddim cymryd aspirin.

Siaradwch â'ch nyrs neu feddyg lleol os ydych chi'n poeni am sgil-effeithiau.

Rhagor o wybodaeth



Os ydych chi eisiau rhagor o wybodaeth am y brechlyn MMRV neu'r hen frechlyn MMR, siaradwch â'ch meddyg.

Rydych chi hefyd yn gallu ffonio GIG Cymru.

Ffonio 111

Mae'n rhad ac am ddim i ffonio'r rhif hwn.

Rydych chi'n gallu edrych ar wefan Iechyd Cyhoeddus Cymru:

icc.gig.cymru/pynciau/imiwneiddio-a-brechlynnau/

Ewch i'r wefan hon i gael gwybod sut mae'r GIG yn defnyddio eich gwybodaeth chi:

111.wales.nhs.uk/AmdanomNi/Eichgwybodaeth

© Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, Rhagfyr 2025
ISBN: 978-1-83766-895-3

Easy Read UK