Y Frech Goch, Clwy'r Pennau & Rwbela (MMR): Taflen Wybodaeth

Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

Yn ddiweddar, cafwyd achosion o'r Frech Goch yng Nghymru ac, ar hyn o bryd, mae achosion o'r Frech Goch yn Birmingham a Llundain.

Y Frech Goch:

- Y Frech Goch yw un o'r **clefydau mwyaf heintus yn y byd**. Os yw un person yn ei ddal, gallai 9 allan o 10 o'i aelodau teulu a'i ffrindau nad ydynt wedi'u brechu fod yn heintus.
- Gall y Frech Goch fod yn **llawer mwy difrifol na brech yn unig**. Gall achosi cymhlethdodau difrifol megis colli golwg, colli clyw, niwmonia, llid yr ymennydd neu farwolaeth.
- Mae plant a menywod beichiog nad ydynt wedi'u brechu mewn perygl uwch o brofi cymhlethdodau difrifol gan y Frech Goch.
- Os bydd achos o'r Frech Goch yn cael ei gadarnhau mewn ysgol, bydd yn rhaid i unrhyw un nad yw wedi'i frechu a ddaeth i gyswllt agos â'r unigolyn **ynysu am 21 diwrnod.**

Clwy'r Pennau:

- Mae Clwy'r Pennau yn hynod heintus ac mae wedi'i nodweddu gan **chwyddo a thynerwch yn y gwddf.**
- Gall symptomau mwyn Clwy'r Pennau gynnwys twymyn, pen tost, corff poenus, blinder a cholli chwant bwyd.
- Mae cymhlethdodau sy'n gysylltiedig â Chlwy'r Pennau yn cynnwys haint yn y ceilliau i fechgyn a haint yn y ofarïau i ferched - gall hyn arwain at broblemau ffrwythloneb yn hwyrach yn eu bywydau, yn ogystal â byddardod.

Rwbela:

- Mae Rwbela yn achosi symptomau mwyn ar gyfer y rhan fwyaf o bobl megis brech, twymyn, blinder, trwyn yn rhedeg a haint yn y llygad. Gall hefyd achosi symptomau mwy difrifol.
- Os bydd menyw feichiog yn dal Rwbela gall achosi i'r babi farw, profi nam ar y llygaid, byddardod, problemau'r galon, problemau tyfu a phroblemau meddygol difrifol eraill pan fydd yn cael ei eni.

Cwrs llawn brechlyn MMR yw 2 ddos - nid yw hi byth yn rhy hwyr i ddal i fyny!

Mae brechlynnau MMR heb gelatin ar gael

I drefnu brechlyn ar gyfer eich plentyn, sganiwch y côd QR i lenwi ffurflen gydsyniad, neu cysylltwch â'ch practis Meddyg Teulu.

Ffurflen Gydsyniad

Os ydych chi'n ansicr a yw'ch plentyn wedi cael y brechlyn MMR, gwiriwch gofnod iechyd personol (llyfr coch) eich plentyn yn y man cychwyn. Os ydych chi'n ansicr o hyd, mae opsiyanu eraill yn cynnwys:

- **Cysylltu â'ch Tîm Iechyd Plant lleol ar 029 218 3626 or 029 218 36929**
- **Cysylltu â'ch Practis Meddyg Teulu**

GIG CYMRU NHS WALES
Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro
Cardiff and Vale University Health Board

ML_ Measles, Mumps & Rubella (MMR): Fact Sheet_Welsh_v1.0_2024