

Gwybodaeth i Gleifion Brech yr Ieir (Feirws Varicella Zoster)

Y Tîm Atal Heintiau

Mae'r Tîm Atal Heintiau wedi dylunio'r daflen hon i ateb rhai cwestiynau ynglŷn â **BRECH YR IEIR (Feirws Varicella Zoster)**.

Os oes gennych bryderon yn ymwneud â brech yr ieir, gofynnwch i'r staff nyrsio drefnu apwyntiad gyda'r meddyg ymgynghorol sy'n gofalu am eich plentyn neu eich meddyg teulu os yw eich plentyn gartref.

Beth yw Brech yr Ieir?

Clefyd a achosir gan feirws yw Brech yr Ieir. Mae'n gyffredin iawn, yn enwedig ymysg plant. Byddai'r rhan fwyaf o bobl wedi cael Brech yr Ieir erbyn iddyn nhw droi yn 15 oed.

Ydy Brech yr Ieir yn glefyd difrifol?

Nac ydy, mae fel arfer yn ysgafn iawn a heb gymhlethdodau, er ei fod yn annymunol. Byddai datblygu haint difrifol iawn yn anarferol, fodd bynnag, mae'n bosib ei arsylwi mewn babanod newydd anedig a phobl nad yw eu system imiwnedd yn gweithio'n effeithiol (pobl gyda lewcemia, pobl sydd ar driniaeth â steroidau ac ati)

Ydy Brech yr Ieir yn glefyd heintus?

Mae Brech yr Ieir yn heintus iawn am 1-2 ddiwrnod cyn i'r brech ymddangos ac am tua 5 diwrnod ar ôl hynny, nes i'r brech sychu a chrachennu. Trosglwyddir y feirws drwy'r aer ac mae hefyd yn bresennol mewn gollyngiadau o'r trwyn a'r geg. Mae unrhyw gysylltiadau nad oes ganddynt imiwnedd i frech yr ieir (plant ifanc fel arfer nad ydynt wedi cael y salwch) yn debygol iawn o'i ddatblygu. Mae cysylltiadau fel arfer yn datblygu'r salwch 2-3 wythnos yn ddiweddarach.

Sut galla i fod yn siŵr mai brech yr ieir ydyw?

Fel arfer, gall eich meddyg teulu wneud diagnosis o frech yr ieir dim ond drwy edrych ar y frech. O bryd i'w gilydd, gall meddygon teulu ofyn am brofion pellach i gadarnhau'r diagnosis.

Beth yw'r symptomau?

- Teimlo'n sâl yn gyffredinol
- Tymheredd uchel
- Datblygu brech o lymphiau coch sydd fel arfer yn troi'n bothelli bach wedi'u llenwi â hylif.

Sut mae brech yr ieir yn cael ei drin?

Feirws sy'n achosi brech yr ieir ac ni ellir ei drin â gwrthfotigau gan mai dim ond bacteria y mae'r rhain yn eu lladd. Gellir lleddfu'r symptomau a'r anghysur canlynol drwy:-

- **Cosi**

Eli Calamin y gallwch ei rhoi gyda gwlân cotwm/lliain rhwyllog Mae'n cael effaith oeri. Ceisiwch atal rhag crafu gan y gall hyn arwain at greithiau. Gall menig crafu helpu i atal babanod rhag crafu eu hunain. Gall cadw'r unigolyn yn oer a defnyddio lliain cotwm ffres fod o gymorth hefyd i helpu i atal crafu.

- **Anghysur/anniddigrwydd**

Gellir defnyddio Calpol (paracetamol plant) i helpu i ostwng tymheredd ond dim ond ar gyfer babanod dros 3 mis y dylid ei ddefnyddio. Defnyddiwch hwn ar gyngor eich meddyg teulu. Efallai y bydd oedolion yn elwa o gymryd tabledi Paracetamol. **Darllenwch y cyfarwyddiadau ar y botel bob tro.**

Beth fydd yn digwydd os bydd angen mynd i'r ysbyty?

Os ydych yn cael eich derbyn i'r ysbyty, gofalir amdanoch mewn un ystafell gyda'r drws ar gau hyd nes na fyddwch yn heintus mwyach.

Os ydych wedi bod mewn cysylltiad ag unrhyw un nad yw wedi cael brech yr ieir neu'r eryr cyn i chi gael eich derbyn, ni ddylent ymweld â chi tra byddant yn yr ysbyty gan y gallent fod yn heintus.

Os ydynt yn pryderu, dylent gysylltu â'u meddyg teulu am gyngor.

A ellir gwneud unrhyw beth i amddiffyn pobl y byddai brech yr ieir yn effeithio'n ddifrifol arnynt?

Y rhagofal cyntaf yw osgoi cyswllt ag unrhyw un y gwyddys bod ganddo frech yr ieir nes bod yr holl frech wedi sychu.

Gall pobl sy'n arbennig o agored i'r feirws ac sydd wedi bod mewn cysylltiad â brech yr ieir gael prawf gwaed ar gyfer imiwnedd brech yr ieir. Os nad oes ganddynt imiwnedd, efallai y cânt chwistrelliad o "Imiwlogloblin". Ni fydd hyn yn atal brech yr ieir rhag datblygu, ond gall ei wneud yn llai difrifol. Fodd bynnag, dim ond am 3 wythnos y bydd yr imiwnedd hwn yn para.

Dylai menywod beichiog nad ydynt wedi cael brech yr ieir osgoi cyswllt. Os bydd cyswllt yn digwydd, dylent ofyn am gyngor gan eu meddyg teulu.

O ble caf i ragor o wybodaeth?

Mae rhagor o wybodaeth ar gael gan y **Tîm Atal Heintiau**. Os hoffech weld unrhyw un ohonynt, gofynnwch i staff y ward gysylltu â nhw.

Y TÎM ATAL HEINTIAU

Ysbyty Nevill Hall

01873 732048

Ysbyty Brenhinol Gwent

01633 238101 / 234921

Cymuned/YYF

07903 324603 / 07903 324597

**“Mae’r ddogfen hon ar gael yn Saesneg /
This document is available in English”.**