



# Brech yr ieir ymysg Plant

Taflen Wybodaeth i Gleifion



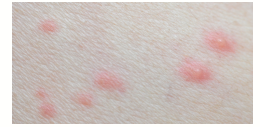
Gwasanaeth Anhwyllderau Cyffredin

**Dylech ddefnyddio'r daflen hon dim ond os yw'ch fferyllydd wedi eich cynghori ynglŷn â chyflwr eich plentyn.**

Mae brech yr ieir yn salwch cyffredin ymysg plant. Mae'n cael ei achosi gan firws a'r prif symptom yw brech goslyd, smotiog a all fod unrhyw le ar y corff.

Ar y dechrau, gall plant deimlo'n sâl, colli eu chwant bwyd a chael tymheredd uchel. Yna mae brech yr ieir yn ffurfio mewn tri cham:

1. Mae smotiau coch bach yn ymddangos.
2. Ar ôl 12 i 24 awr mae'r smotiau'n troi'n bothelli coslyd.
3. O fewn 5 diwrnod mae'r pothelli'n ffurfio crach. Mae'r crach fel arfer yn disgyn i ffwrdd ar ôl 1 i 2 wythnos.



smotiau brech yr ieir



pothelli brech yr ieir



crach brech yr ieir



## Trin ac atal

Mae brech yr ieir fel arfer yn ysgafn a bydd yn gwella ar ei phen ei hun o fewn 1 i 2 wythnos.

### Meddyginiaethau sy'n gallu helpu

**Nid yw'r meddyginiaethau hyn yn addas i bawb. Gwnewch yn siŵr eich bod wedi gofyn i'ch fferyllydd am gyngor ynghylch pa driniaeth sydd orau i'ch plentyn.**

Gall plant dros 2 fis oed gael **parasetamol** i helpu i ostwng eu tymheredd a helpu gyda phoen neu anghysur.

Os yw'ch plentyn dros 1 oed ac yn cael trafferth cysgu oherwydd y cosi, efallai y bydd eich fferyllydd yn awgrymu rhoi gwrth-histamin o'r enw **clorphenamine** iddo. Mae clorphenamine yn helpu i atal y cosi. Gall hefyd wneud i'ch plentyn deimlo'n gysglyd.

Gall rhoi eli **calamin** ar y smotiau hefyd helpu i leddfu'r cosi.

**Peidiwch** â rhoi ibuprofen i'ch plentyn gan y gallai hyn achosi heintiau croen difrifol mewn plant â brech yr ieir.

### Darllenwch y daflen wybodaeth i gleifion sy'n dod gyda'ch meddyginiaeth bob amser.

Os ydych chi'n poeni am unrhyw sgîl-ffeithiau o driniaeth, rhowch wybod i feddyg, nyrs neu fferyllydd. Gallwch hefyd adrodd am sgîl-ffeithiau ar [ap](#) neu [wefan](#) Cerdyn Melyn.

### Er mwyn lleihau'r cosi, gallwch wneud y canlynol:

- rhoi bath i'ch plentyn mewn dŵr oer a sychu ei groen drwy batio tywel arno
- rhoi eli neu gel oeri ar ei smotiau – gofynnwch i'ch fferyllydd am gyngor



## Trin ac atal

### I gadw eich plentyn yn gyfforddus gallwch wneud y canlynol:

- sicrhau ei fod yn yfed digon (rhowch gynnig ar lolïau iâ os nad yw'ch plentyn yn yfed)
- ei roi mewn dillad â ffabrigau llyfn, oer, cotwm
- ei atal rhag mynd yn rhy boeth neu'n rhy oer
- cadw ei ewinedd yn fyr ac yn lân i leihau creithio neu haint wrth grafu

### Sut mae brech yr ieir yn cael ei lledaenu

Mae haint brech yr ieir yn lledaenu'n hawdd. Gallwch ei dal drwy fod yn yr un ystafell â rhywun sydd â'r haint. Gall brech yr ieir hefyd gael ei lledaenu trwy'r hylif o bothelli'r frech. Gall pobl sydd â brech yr ieir heintio eraill o 24 awr cyn i'r smotiau ymddangos nes bod y pothelli'n troi'n grach.

Gall brech yr ieir gael effeithiau difrifol ar y canlynol:

- menywod beichiog
- babanod dan 4 wythnos oed
- pobl â systemau imiwnedd gwan, er enghraifft o driniaeth canser neu therapi steroid
- pobl sydd eisoes â phroblemau croen
- pobl sydd eisoes â chyflyrau sy'n effeithio ar eu hanadlu

Dylai plant sydd â brech yr ieir gadw draw o'r grwpiau hyn o bobl a'r ysgol neu'r feithrinfa nes bod pob pothell wedi troi'n grach.



## Pryd i chwilio am help

### Cysylltwch â'ch meddyg teulu ar frys neu ffoniwch 111 os oes gan eich plentyn symptomau brech yr ieir a:

- ei fod yn gwaethygu'n sydyn
- mae'r croen o amgylch y smotiau brech yr ieir yn boeth, yn boenus, ac yn goch neu wedi afliwio
- mae'n pi-pi'n llai aml nag arfer ac yn sychedig, yn benysgafn neu'n flinedig
- mae ganddo beswch parhaus
- mae ganddo dymheredd uchel nad yw'n dod i lawr gyda pharasetamol
- mae'n llai na 3 mis oed ac mae ganddo dymheredd o 38°C neu uwch neu dymheredd o 39°C neu uwch os yw e rhwng 3 a 6 mis oed

### Ffoniwch 999 neu ewch i'r Adran Damweiniau ac Achosion Brys os yw'ch plentyn:

- yn dioddef poen yn y frest neu'n cael trafferth anadlu
- yn ddryslud, yn wan, yn chwydu, yn cael trafferth aros yn effro, â chur pen gwael neu wddf stiff

Os ydych yn poeni nad yw cyflwr eich plentyn yn gwella, neu ei fod yn gwaethygu, siaradwch â'ch meddyg teulu.



## Mwy o wybodaeth

Am fwy o wybodaeth am frech yr ieir neu feddyginiaeth, siaradwch â'ch fferylllydd neu edrychwch ar y gwefannau canlynol:

GIG: <https://www.nhs.uk/conditions/chickenpox/>

Patient UK: <https://patient.info/skin-conditions/viral-rashes/chickenpox-in-children>

Medicines A-Z: <https://www.nhs.uk/medicines/>

Mae gwybodaeth o'r adnoddau uchod wedi'i chynnwys yn y daflen hon.



Mae'r daflen hon hefyd ar gael yn Saesneg. This leaflet is also available in English.

Fersiwn: 1 Cyhoeddwyd: Mai 2023  
Pob delwedd o Getty Images a Canva Pro



**GCFC | WMAS**  
Gwasanaeth Cyngor ar Feddyginiaethau Cymru  
Welsh Medicines Advice Service