Llythyr gan Fyrddau Iechyd i aelwydydd

Roedd 2020 yn flwyddyn anodd iawn i bawb.

Mae cymaint ohonom wedi colli aelodau o'n teulu a ffrindiau agos i'r coronafeirws.

Mae'r pandemig wedi troi ein bywydau ni i gyd ben i waered.

Mae'r sefyllfa bresennol yng Nghymru yn ddifrifol iawn. Mae achosion o'r feirws yn uchel iawn ac mae straen newydd, trosglwyddadwy iawn o'r coronafeirws yn y Deyrnas Unedig, sydd ar led ym mhob rhan o Gymru.

Rydym ni i gyd yn aros gartref eto i gadw'n ddiogel, achub bywydau a diogelu'r Gwasanaeth Iechyd.

Ond mae llygedyn o obaith inni i gyd.

Efallai'ch bod wedi clywed bod dau frechlyn newydd ar gyfer COVID-19 bellach ar gael. Dyma'r newyddion da rydym wedi bod yn aros amdano. Mae'n rhoi gobaith inni ddechrau edrych ymlaen at ddychwelyd i fywyd arferol ymhen amser.

Bydd dros 1.5 miliwn o bobl yng Nghymru yn cael y brechlyn yn y cam cyntaf o'i ddarparu – ond bydd yn cymryd amser i ddiogelu pawb.

Bydd y bobl sydd fwyaf tebygol o ddal coronafeirws a datblygu afiechydon difrifol yn cael y brechlyn yn gyntaf. Mae'r rhain yn cynnwys pobl sy'n byw mewn cartrefi gofal, pobl dros 80 oed a gweithwyr iechyd a gofal rheng flaen. (Gweler yr atodiad i gael rhagor o fanylion am y grwpiau blaenoriaeth yn y cam cyntaf.)

Wrth i'r brechlyn gael ei gyflwyno, mae angen i bob un ohonom ddilyn y rheolau diogelwch a diogelu ein hunain a'n teuluoedd.

I wneud hynny, mae angen inni gwrdd â chyn lleied o bobl â phosibl, golchi ein dwylo'n aml, gwisgo gorchudd wyneb a chadw ein pellter oddi wrth bobl eraill.

Mae pob un ohonom yn gobeithio y bydd y brechlyn yn arwain at flwyddyn lawer gwell yn 2021 ac at ddiwedd i'r pandemig hwn.

Sut mae'r brechlyn yn cael ei ddarparu

Mae dau fath o frechlyn COVID-19 bellach ar gael inni – y naill gan Pfizer-BioNTech a'r llall gan Oxford-AstraZeneca.

Yn y 3 wythnos gyntaf ers i'r brechlyn cyntaf ddechrau cael ei ddarparu, cafodd dros 35,000 o bobl ledled Cymru eu brechu.

Mae llawer iawn o waith wedi'i wneud i gynllunio'r ymdrech enfawr sydd ei hangen i ddarparu brechlyn COVID-19 i bawb cymwys.

Wrth i ragor o gyflenwadau o'r brechlynnau gael eu darparu, byddant yn cael eu cyflwyno yn gyflymach a bydd rhagor o glinigau yn cael eu sefydlu yn ystod mis Ionawr. Bydd dros 60 o feddygfeydd yn cynnal clinigau brechu arbennig y mis hwn.

Byddwch yn cael eich gwahodd i gael y brechlyn yn eich tro. Cewch ddewis cael y brechlyn ai peidio. Byddwch yn cael gwybodaeth ynglŷn ag ef i'ch helpu i benderfynu, os oes gennych unrhyw bryderon.

Mae rhagor o wybodaeth ar gael yma: https://icc.gig.cymru/pynciau/imiwneiddio-a-brechlynnau/gwybodaeth-brechlyn-covid-19/ynglyn-ar-brechlyn/

Cael eich apwyntiad brechu

Byddwch yn cael gwahoddiad pan fydd yn amser ichi gael eich brechu. Bydd yn nodi ble y dylech fynd i gael y brechiad.

Nid oes angen ichi ofyn am apwyntiad – **peidiwch â chysylltu â'ch meddygfa, eich bwrdd iechyd, yr ysbyty na'r awdurdod lleol ynglŷn ag apwyntiad**. Gadewch iddyn nhw ganolbwyntio ar eu gwaith pwysig.

Bydd pawb yn cael dau ddos o'r brechlyn ond bydd gennych lefel uchel o amddiffyniad ar ôl y dos cyntaf. Byddwch yn cael eich galw'n ôl am eich ail ddos o fewn 12 wythnos i'r un cyntaf.

Pan fyddwch yn cael eich brechlyn COVID-19, byddwch yn cael cerdyn brechu GIG Cymru, yr un maint â cherdyn banc. Bydd y cerdyn hwn yn fodd o'ch atgoffa o'r ail ddos, a bydd hefyd yn cynnwys gwybodaeth ynglŷn â sut i roi gwybod am unrhyw sgil effeithiau.

Atodiad 1

Mae Cyd-bwyllgor annibynnol y DU ar Imiwneiddio a Brechu (JCVI) wedi cytuno ar y rhestr flaenoriaeth ar gyfer y brechlyn ac mae pob un o bedair gwlad y DU yn dilyn y rhestr hon.

Mae dau gam:

Yn y cam cyntaf, byddwn yn brechu yn ôl oedran a risg o salwch difrifol os bydd rhywun yn dal y coronafeirws.

Dyma'r rhestr flaenoriaeth:

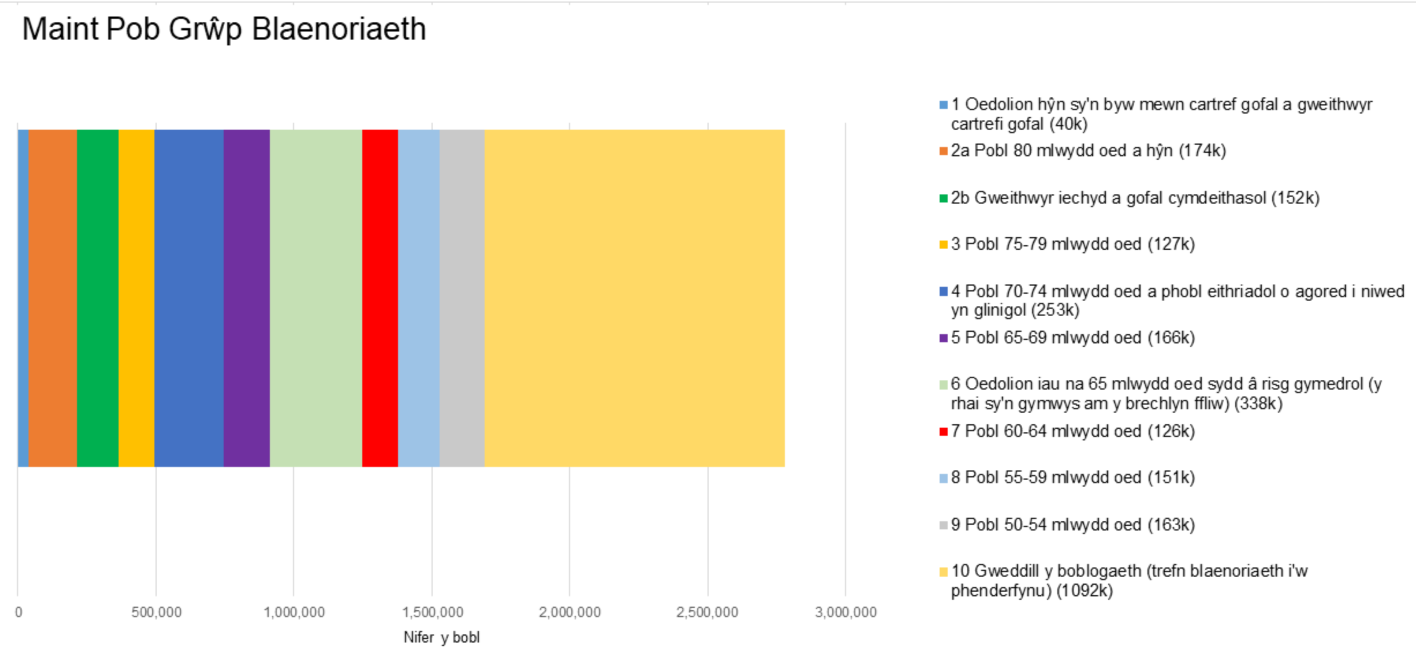
1. Pobl sy'n byw mewn cartref gofal ar gyfer oedolion hŷn a'u staff gofalu
2. Pawb 80 mlwydd oed a hŷn a gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol rheng flaen
3. Pawb 75 mlwydd oed a hŷn
4. Pawb 70 mlwydd oed a hŷn a phobl eithriadol o agored i niwed yn glinigol (sef y grŵp "gwarchod" gynt) – bydd pawb yn y grŵp hwn wedi cael llythyr blaenorol gan y Prif Swyddog Meddygol yn eu cynghori i warchod eu hunain
5. Pawb 65 mlwydd oed a hŷn
6. Pawb rhwng 16 mlwydd oed a 64 mlwydd oed sydd â chyflwr iechyd sylfaenol*, sy'n golygu eu bod mewn mwy o berygl o salwch difrifol a marwolaeth
7. Pawb 60 mlwydd oed a hŷn
8. Pawb 55 mlwydd oed a hŷn
9. Pawb 50 mlwydd oed a hŷn

Mae'r grwpiau hyn yn cyfrif am 99% o farwolaethau COVID-19 y gellid eu hosgoi.

*Cyflyrau iechyd sylfaenol:

- Clefyd anadlol cronig, gan gynnwys clefyd rhwystrol cronig yr ysgyfaint (COPD), ffeibrosis systig ac asthma difrifol
- Clefyd cronig y galon (a chlefyd fasgwlaidd)
- Clefyd cronig yn yr arennau
- Clefyd cronig yr afu
- Clefyd niwrolegol cronig, gan gynnwys epilepsi
- Syndrom Down
- Anabledd dysgu difrifol a dwys
- Diabetes
- Pobl sydd wedi cael trawsblaniad organ solet, mêr esgyrn neu fôn-gell
- Pobl sydd â mathau penodol o ganser
- Gwrthimiwnedd oherwydd clefyd neu driniaeth
- Asplenia a chamweithrediad y ddueg
- Gordewdra afiachus
- Salwch meddwl difrifol

Yn yr ail gam, disgwylir argymhellion pellach gan JCVI, gan obeithio y byddwn yn brechu gweddill poblogaeth Cymru. Y cyngor gan JCVI ar gyfer y cam cyntaf hwn yw y dylid canolbwyntio ar atal rhagor o dderbyniadau i ysbytai a brechu'r rhai sydd â risg uwch gyntaf.



Sylwch fod rhai poblogaethau preswyl a gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol wedi'u cyfrif ddwywaith gyda grwpiau eraill.